

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HÀ NỘI

GIÁO TRÌNH

Múa và phương pháp dạy trẻ vận động theo âm nhạc

DÙNG TRONG CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC CHUYÊN NGHIỆP



NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HÀ NỘI

ĐINH XUÂN ĐẠI

GIÁO TRÌNH

MÚA VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ VẬN ĐỘNG THEO ÂM NHẠC

(Dùng trong các trường THCN)

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI - 2007

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI
4 - TỐNG DUY TÂN, QUẬN HOÀN KIẾM, HÀ NỘI
ĐT: (04) 8252916, 8286766 - FAX: (04) 9289143

GIÁO TRÌNH
MÚA VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ VẬN ĐỘNG THEO ÂM NHẠC

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI - 2007

Chịu trách nhiệm xuất bản:
NGUYỄN KHẮC OÁNH
Biên tập:
TRƯƠNG ĐỨC HÙNG
Bìa:
ĐẶNG VINH QUANG
Trình bày - kỹ thuật vi tính:
HOÀNG THÚY LƯƠNG
Sửa bản in:
TRƯƠNG ĐỨC HÙNG
NGÔ THU NGẦN

In 700 cuốn, khổ 17x24cm tại Công ty cổ phần in Cầu Giấy. Quyết định xuất bản số: 160 - 2007/CXB/392GT - 27/HN. Số 313/CXB cấp ngày 2/3/2007. In xong và nộp lưu chiểu quý III/2007.

Lời giới thiệu

Nước ta đang bước vào thời kỳ công nghiệp hóa, hiện đại hóa nhằm đưa Việt Nam trở thành nước công nghiệp văn minh, hiện đại.

Trong sự nghiệp cách mạng to lớn đó, công tác đào tạo nhân lực luôn giữ vai trò quan trọng. Báo cáo Chính trị của Ban Chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam tại Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ IX đã chỉ rõ: "Phát triển giáo dục và đào tạo là một trong những động lực quan trọng thúc đẩy sự nghiệp *công nghiệp hóa, hiện đại hóa*, là điều kiện để phát triển nguồn lực con người - yếu tố cơ bản để phát triển xã hội, tăng trưởng kinh tế nhanh và bền vững".

Quán triệt chủ trương, Nghị quyết của Đảng và Nhà nước và nhận thức đúng đắn về tầm quan trọng của chương trình, giáo trình đối với việc nâng cao chất lượng đào tạo, theo đề nghị của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội, ngày 23/9/2003, Ủy ban nhân dân thành phố Hà Nội đã ra Quyết định số 5620/QĐ-UB cho phép Sở Giáo dục và Đào tạo thực hiện đề án biên soạn chương trình, giáo trình trong các trường Trung học chuyên nghiệp (THCN) Hà Nội. Quyết định này thể hiện sự quan tâm sâu sắc của Thành ủy, UBND thành phố trong việc nâng cao chất lượng đào tạo và phát triển nguồn nhân lực Thủ đô.

Trên cơ sở chương trình khung của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành và những kinh nghiệm rút ra từ thực tế đào tạo, Sở Giáo dục và Đào tạo đã chỉ đạo các trường THCN tổ chức biên soạn chương trình, giáo trình một cách khoa học, hệ

thống và cập nhật những kiến thức thực tiễn phù hợp với đối tượng học sinh THCN Hà Nội.

Bộ giáo trình này là tài liệu giảng dạy và học tập trong các trường THCN ở Hà Nội, đồng thời là tài liệu tham khảo hữu ích cho các trường có đào tạo các ngành kỹ thuật - nghiệp vụ và đông đảo bạn đọc quan tâm đến vấn đề hướng nghiệp, dạy nghề.

Việc tổ chức biên soạn bộ chương trình, giáo trình này là một trong nhiều hoạt động thiết thực của ngành giáo dục và đào tạo Thủ đô để kỷ niệm "50 năm giải phóng Thủ đô", "50 năm thành lập ngành" và hướng tới kỷ niệm "1000 năm Thăng Long - Hà Nội".

Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội chân thành cảm ơn Thành ủy, UBND, các sở, ban, ngành của Thành phố, Vụ Giáo dục chuyên nghiệp Bộ Giáo dục và Đào tạo, các nhà khoa học, các chuyên gia đầu ngành, các giảng viên, các nhà quản lý, các nhà doanh nghiệp đã tạo điều kiện giúp đỡ, đóng góp ý kiến, tham gia Hội đồng phản biện, Hội đồng thẩm định và Hội đồng nghiệm thu các chương trình, giáo trình.

Đây là lần đầu tiên Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội tổ chức biên soạn chương trình, giáo trình. Dù đã hết sức cố gắng nhưng chắc chắn không tránh khỏi thiếu sót, bất cập. Chúng tôi mong nhận được những ý kiến đóng góp của bạn đọc để từng bước hoàn thiện bộ giáo trình trong các lần tái bản sau.

GIÁM ĐỐC SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

Lời nói đầu

Múa và phương pháp dạy trẻ vận động theo âm nhạc là môn nghiệp vụ có vị trí quan trọng trong chương trình đào tạo của trường THSP Mẫu giáo - Nhà trẻ. Nó không chỉ trang bị cho giáo sinh những kiến thức và kỹ năng cơ bản để dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc mà còn cung cấp cho giáo sinh một số hiểu biết về nghệ thuật múa nói riêng và âm nhạc nói chung. Điều đó góp phần hình thành ở giáo sinh khả năng tham gia hoạt động nghệ thuật múa không chuyên phục vụ cho hoạt động giáo dục trẻ mầm non và tham gia các hoạt động văn hóa văn nghệ phục vụ đời sống xã hội. Có như vậy, khi ra trường giáo sinh mới đủ khả năng đáp ứng được yêu cầu và nhiệm vụ công tác ở các trường mầm non.

Để góp phần nâng cao chất lượng đào tạo của trường THSP Mẫu giáo - Nhà trẻ nói chung và nâng cao chất lượng dạy và học bộ môn nói riêng, chúng tôi tiến hành biên soạn giáo trình này trên cơ sở tham khảo các tài liệu cũ và mới nhằm bổ sung và đáp ứng đầy đủ hơn cho yêu cầu đào tạo giáo viên mầm non trung học sư phạm hệ 12 + 2.

Mặc dù được soạn thảo căn cứ trên cơ sở lý luận - khoa học chuyên ngành, từ thực tiễn chương trình đào tạo và quá trình giảng dạy nhưng chắc chắn giáo trình sẽ không tránh khỏi những thiếu sót, tác giả mong nhận được những ý kiến đóng góp của các chuyên gia, các đồng nghiệp, giáo sinh và những người quan tâm đến lĩnh vực này, để giáo trình có thể hoàn thiện trong những lần xuất bản sau.

TÁC GIẢ

NHẬP MÔN

1. Vị trí, vai trò của bộ môn Múa và dạy trẻ vận động theo âm nhạc

Múa và phương pháp dạy trẻ vận động theo âm nhạc là môn học nghiệp vụ nhằm trang bị cho giáo sinh kiến thức và kỹ năng dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc.

Múa và vận động theo âm nhạc gắn chặt với môn học giáo dục âm nhạc trong chương trình đào tạo giáo viên mầm non trung học sư phạm hệ 12 + 2 cũng như nhiệm vụ giáo dục âm nhạc cho trẻ lứa tuổi mầm non.

Bộ môn này liên quan chặt chẽ với các môn cơ sở như: Giải phẫu sinh lý, Giáo dục học và các môn nghiệp vụ khác như: Âm nhạc, Tạo hình...

Ở trường mầm non, hoạt động múa và vận động theo âm nhạc là hoạt động gần gũi với trẻ. Trẻ mẫu giáo rất hứng thú với loại hình nghệ thuật hát múa. Mọi hoạt động của trường mầm non, nhất là những hoạt động mang tính bề nổi, đều không thể thiếu hình thức hoạt động múa và vận động theo âm nhạc.

2. Ý nghĩa của múa và vận động theo âm nhạc đối với sự phát triển trẻ của mầm non

Múa là một phương tiện góp phần vào việc hình thành và phát triển nhân cách trẻ, với các phẩm chất vui tươi, hồn nhiên, hoạt bát, mạnh dạn và tự tin. Đặc biệt, múa còn giúp trẻ giải phóng năng lượng, thỏa mãn các nhu cầu vận động, bộc lộ cảm xúc, tình cảm, phát triển phong cách trong giao tiếp và thể hiện tình cảm với mọi người xung quanh.

Nghệ thuật múa giúp trẻ phát triển cảm giác nhịp điệu, hình thành kinh nghiệm hoạt động với âm nhạc, góp phần giáo dục âm nhạc cho trẻ; đồng thời tạo ra hình thể, phong thái, dáng dấp, phát triển cảm xúc, tư duy và làm đẹp tâm hồn trong sáng của trẻ.

2.1. Múa và vận động theo âm nhạc là phương tiện giáo dục thẩm mỹ cho trẻ

Khi múa và vận động, trẻ sẽ hình thành khả năng cảm thụ và nhận biết cái đẹp, phân biệt được đường nét, vẻ đẹp của dáng vóc, hành động, cử chỉ, các chuyển động của cơ thể... Ngoài ra, sự vận động và các động tác múa theo tiết tấu âm nhạc cũng giúp trẻ cảm nhận được vẻ đẹp của thế giới xung quanh như cảnh vật thiên nhiên, con người; biết cách bộc lộ và diễn đạt cảm xúc; hình thành khả năng đánh giá nhận xét và phân tích vẻ đẹp các cử chỉ, hành động và đường nét trong các động tác múa; biết yêu thương bản thân và quý trọng con người.

2.2. Múa và vận động theo âm nhạc là một phương tiện thúc đẩy sự phát triển trí tuệ cho trẻ

Múa và vận động theo âm nhạc đẩy mạnh khả năng cảm thụ âm nhạc ở trẻ. Múa đòi hỏi trẻ phải tập trung chú ý quan sát các chuyển động của động tác thông qua sự hướng dẫn của cô, ghi nhớ các quy trình chuyển động của động tác để thực hiện. Trẻ cũng phải thuộc, nhớ các bài hát, bản nhạc, cảm nhận được tiết tấu, âm thanh, giai điệu, ghi nhớ các đặc thù của, tiết tấu trong âm nhạc để kịp điều khiển cơ thể múa hoặc vận động. Các động tác có tính liên hoàn đòi hỏi trẻ phải tích cực tư duy, tưởng tượng và sáng tạo. Vì vậy, múa và vận động theo âm nhạc là một điều kiện góp phần thúc đẩy sự phát triển trí tuệ ở trẻ. Múa và vận động theo nhạc cũng tạo ra cho trẻ những xúc cảm tích cực, điều này giúp nhận thức của trẻ sâu sắc hơn.

2.3. Múa và vận động theo âm nhạc góp phần phát triển thể chất, rèn luyện khả năng vận động linh hoạt của cơ thể

Trong khi múa và vận động theo âm nhạc, các động tác hình thể có ảnh hưởng trực tiếp đến sự phát triển cơ thể của trẻ mà trước hết là phát triển về xương và cơ. Nó đòi hỏi trẻ phải phối hợp hoạt động các giác quan và vận động cơ thể để điều khiển được toàn bộ cơ thể một cách uyển chuyển, nhịp nhàng và chính xác, điều này góp phần phát triển hệ thần kinh, hệ vận động. Khi vận động theo âm nhạc, tính chất đa dạng của nhịp điệu và các động tác

tương ứng sẽ ảnh hưởng tốt tới sự thay đổi của nhịp tim, sự tuần hoàn máu, hô hấp và giãn nở cơ, giúp tăng cường trao đổi chất theo hướng có lợi cho sức khỏe con người. Tóm lại, sự điều khiển vận động cơ thể theo âm nhạc có tác dụng giáo dục toàn diện cho trẻ, đặc biệt là giúp trẻ kiểm soát, điều khiển và làm chủ cơ thể, có các hành động, cử chỉ và một dáng vóc đẹp và hoàn thiện.

2.4. Múa và vận động theo âm nhạc là phương tiện hình thành phẩm chất đạo đức ở trẻ

Khi thể hiện các động tác múa trong các điệu múa, xúc cảm của trẻ được phát triển, trẻ biết yêu thiên nhiên, cảnh vật, con người, yêu cha mẹ, ông bà, gia đình, bạn bè, mái trường... những tình cảm này là cốt lõi trong đạo đức của con người.

Sự hoạt động tập thể trong các bài vận động và múa cũng tạo ra những cảm xúc chung trong nhóm trẻ ở cùng độ tuổi, khiến trẻ đồng cảm, quan tâm đến nhau, đoàn kết, hòa nhập và hình thành ý thức cộng đồng.

Múa và vận động còn kích thích tính tự tin, mạnh dạn ở trẻ trong các hoạt động của cá nhân và tập thể bởi nó luôn đòi hỏi ở trẻ sự tập trung chú ý, nhanh nhạy, tính tổ chức; giáo dục cho trẻ khả năng tự khống chế, điều khiển các hoạt động, hành động, cử chỉ, sự chuyển động của cơ thể trong âm nhạc và trong cuộc sống hàng ngày.

3. Giới thiệu khái quát chương trình

Chương trình môn học Múa và phương pháp dạy trẻ vận động theo âm nhạc được thực hiện trong 60 tiết, gồm 11 tiết lý thuyết và 49 tiết thực hành, chia làm 3 chương:

- Chương 1: Những kiến thức cơ bản về nghệ thuật múa (34 tiết, bao gồm 5 tiết lý thuyết và 29 tiết thực hành).

- Chương 2: Phương pháp dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc (6 tiết lý thuyết).

- Chương 3: Hệ thống các bài múa và vận động theo âm nhạc (20 tiết thực hành).

4. Giới thiệu phương pháp dạy và học

- Phương pháp dạy cơ bản: Hướng dẫn - Làm mẫu - Tổ chức luyện tập - Kiểm tra đánh giá định kỳ.

- Phương pháp học cơ bản: Quan sát - Thực hành luyện tập - Nghiên cứu băng hình, giáo trình, tài liệu - Soạn bài - Tập dạy không đối tượng và có đối tượng.

- Yêu cầu kiểm tra, đánh giá: Kiểm tra thực hành kỹ năng đan xen lý thuyết:

Chương 1: 1 bài kiểm tra 15 phút lý thuyết, 1 bài kiểm tra thực hành.

Chương 2: 1 bài kiểm tra thực hành.

Chương 3: 1 bài kiểm tra thực hành.

Kiểm tra hết môn: Thực hành.

Chương 1

NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN VỀ NGHỆ THUẬT MÚA

• **Mục tiêu:**

- Trang bị cho giáo sinh những kiến thức cơ bản về bộ môn nghệ thuật múa: sự hình thành và phát triển, ngôn ngữ của nghệ thuật múa, vai trò của nghệ thuật múa đối với đời sống xã hội, cũng như nắm vững các yêu cầu cơ bản trong việc học tập, tiếp thu và thưởng thức múa.

- Giáo sinh được học và tập luyện một số chất liệu động tác múa cơ bản trong hệ thống múa dân gian Việt Nam, bước đầu hình thành những kỹ năng điều khiển thực hiện và thể hiện các động tác trong múa. Giáo sinh có khả năng thực hiện được tính chất và phong cách của một số động tác múa dân gian các vùng, miền đặc trưng ở Việt Nam: Tây Bắc, Đồng bằng Bắc Bộ, Tây Nguyên, hiểu được ý nghĩa, cách diễn tả tình cảm trong các động tác múa.

- Hiểu rõ và nắm vững các yêu cầu của môn học; đòi hỏi cần có năng khiếu và hứng thú đối với việc học tập và rèn luyện bộ môn nghệ thuật múa.

- Thực hiện tốt một số điệu nhảy cơ bản và các bài hát múa cho trẻ xem và nghe.

I. LOẠI HÌNH NGHỆ THUẬT MÚA

1. Những nét cơ bản về nghệ thuật múa

Múa là một bộ môn nghệ thuật nằm trong số các bộ môn nghệ thuật được ra đời từ rất sớm. Từ thời kỳ nguyên thủy, trong cuộc sống sinh hoạt, quá trình lao động hái lượm, săn bắn và trồng trọt, các động tác múa được hình thành

do nhu cầu thực tiễn để miêu tả và biểu lộ cảm xúc khi ngôn ngữ chưa phát triển. Múa còn thể hiện các hình thức sinh hoạt văn hóa cộng đồng, phong tục tập quán, tôn giáo và tín ngưỡng, phản ánh đời sống tinh thần của mọi giai tầng trong xã hội. Sau này, theo quá trình phát triển, nghệ thuật múa ngày càng được chắt lọc, nâng cao, cách điệu và mang tính thẩm mỹ cao hơn.

Nghệ thuật múa phản ánh cuộc sống sinh hoạt, tình cảm, tâm tư ước vọng của con người bằng thứ ngôn ngữ rất đặc trưng; đó là sự xâu chuỗi các động tác được liên kết liên tiếp với nhau một cách chặt chẽ, biểu cảm sự chuyển động của toàn cơ thể, mang tư tưởng nội dung, ý nghĩa để truyền đạt tới người xem thông qua con đường tư duy và thẩm mỹ. Nếu ngôn ngữ biểu đạt của hội họa là đường nét, màu sắc; của âm nhạc là âm thanh, giai điệu, tiết tấu; thì ngôn ngữ biểu đạt của nghệ thuật múa là sự chuyển động của các đường nét trên toàn cơ thể. Các động tác múa được thể hiện trên nền của âm nhạc hay nói cách khác là các động tác được diễn đạt trong tiết tấu âm thanh và giai điệu, là sự thể hiện cụ thể những ý đồ bằng hàng loạt các động tác chuyển động có tính hình tượng được liên kết, kết cấu theo trình tự logic nhằm chuyển tải và truyền đạt đến người xem một nội dung, một vẻ đẹp có tính mục đích. Do đó nghệ thuật múa luôn gắn chặt với văn học và âm nhạc.

Múa là một bộ môn nghệ thuật có ngôn ngữ riêng mang tính trừu tượng và cách điệu cao. Các động tác múa không phải là các động tác sinh hoạt đơn thuần cụ thể, cũng không phải để hỗ trợ minh họa cho lời ca hoặc các môn nghệ thuật khác. Các động tác múa có tính độc lập, được dùng để diễn tả tư tưởng, tình cảm hoặc một chủ đề nhất định xuyên suốt trong một điệu múa hay một tác phẩm múa. Động tác múa phải mang vẻ đẹp đường nét, dáng vóc, tư thế, tính tạo hình, sự uyển chuyển phong phú và đa dạng chứ không cụ thể như thể dục hoặc kịch câm.

Bằng hàng loạt các động tác được xâu chuỗi, liên kết, kết cấu theo trình tự logic, múa có thể chuyển tải và truyền đạt những nội dung, phản ánh mọi mặt của đời sống xã hội và tình cảm, đem đến cho người xem cái đẹp của nghệ thuật, góp phần gìn giữ bản sắc văn hóa, xây dựng và cải tạo xã hội ngày càng tốt đẹp hơn, phong phú hơn. Thông qua thẩm mỹ múa là một hình thái ý thức của xã hội.

2. Đặc trưng ngôn ngữ của nghệ thuật múa

Múa là một môn nghệ thuật có ngôn ngữ rất đặc biệt. Nghệ thuật múa chuyển tải những nội dung ý nghĩa, mục đích hoặc một chủ đề nhất định tới người xem, người thưởng thức bằng ngôn ngữ động tác của hình thể được xâu chuỗi, cách điệu, các tư thế tạo hình tĩnh, động, các phong thái, sự di chuyển tự do hay di chuyển theo các tuyến đội hình mang tính quy luật và ước lệ. Chính vì vậy, mỗi động tác múa đều nhằm biểu đạt một cảm xúc cụ thể nào đó, kể cả những cảm xúc con người không thể nói ra bằng lời... Vì thế, các động tác khi thể hiện phải có hồn vì nó là cách điệu của cử chỉ, động tác nhằm chuyển tải các thông điệp. Những động tác đó bao hàm ý nghĩa, mang đường nét, hình tượng, tính thẩm mỹ cao. Chính cái hồn của động tác trong phong cách thể hiện sẽ khiến cho người xem, người thưởng thức xúc cảm, rung động.

3. Mối quan hệ của múa với âm nhạc

Âm nhạc là một phần tất yếu và quan trọng cấu thành nên nghệ thuật múa, hay nói cách khác: "Âm nhạc là linh hồn của múa". Các động tác múa, sự chuyển động, vận động đều được thực hiện trong tiết tấu và thể hiện trên nền giai điệu âm nhạc, nên cũng gắn chặt với các quy luật, tính chất và phong cách của âm nhạc. Giữa âm nhạc và múa luôn có sự gắn kết thống nhất và tương đồng vì nó là một chỉnh thể thống nhất giữa âm thanh và hình ảnh. Các động tác múa luôn đồng nhất với tiết tấu âm nhạc, tình cảm và sắc thái thể hiện của động tác, hòa quyện cùng giai điệu và âm thanh. Ý nghĩa, mục đích sự chuyển động đều được thể hiện trong nhịp điệu, tiết tấu. Nội dung, ý nghĩa của múa là gì, âm nhạc sẽ mang nội dung và ý nghĩa đó. Hình tượng âm nhạc cũng quyết định hình tượng, nội dung và ý nghĩa của các động tác múa và vận động.

Âm nhạc có vai trò quan trọng và tất yếu trong múa, vì vậy, sự chuyển động của các động tác múa phải rất nhạy cảm với âm nhạc, phải tinh tế, chính xác và có cảm giác nhịp điệu. Các động tác, tư thế múa phải có tính quy luật và nguyên tắc, phải phù hợp và hoà quyện với âm nhạc thể hiện được nội dung, tư tưởng tình cảm thông qua chất liệu là hình thể của con người - phương tiện để hình thành ngôn ngữ múa.

4. Múa và sự phân loại

Hiện nay, thông thường, ta có thể phân loại nghệ thuật múa một cách tổng quát thành hai loại hình chính: múa biểu diễn sân khấu và múa sinh hoạt.

4.1. Múa biểu diễn sân khấu

Được hình thành, phát triển bắt nguồn từ múa dân gian dân tộc, trải qua rất nhiều giai đoạn phát triển của lịch sử cho đến nay loại hình nghệ thuật này luôn khẳng định được vị trí, thành tựu và vẫn luôn hoàn thiện, phát triển mạnh mẽ trên thế giới. Đây là loại hình nghệ thuật múa mang tính chuyên nghiệp cao, có nhiều dạng khác nhau nhưng đều mang ý nghĩa, nội dung, chủ đề, tư tưởng cụ thể, mang tình tiết, kịch tính nhằm chuyển tải tới người xem, người thưởng thức một nội dung, một cái đẹp có tính mục đích theo ý đồ tác giả và do các diễn viên chuyên nghiệp thể hiện.

Múa biểu diễn sân khấu trong đó có nhiều thể loại:

- Múa cổ điển của các dân tộc: Ấn Độ, Campuchia, Mianma...
- Múa cổ điển châu Âu trong đó có hình thức kịch múa (Ballet).
- Múa dân gian dân tộc như: Múa Thái, Tày, Mèo...
- Múa cung đình.
- Múa tính cách.
- Múa truyền thống.
- Múa hiện đại

4.2. Múa sinh hoạt

Đây là hình thức múa không chuyên gắn liền với đời sống sinh hoạt của con người trong xã hội, phản ánh cuộc sống, ước mơ và nguyện vọng của nhân dân lao động. Đây cũng là một hình thái ý thức xã hội được phát triển và phổ biến rộng rãi trong nhân dân mang tính chất truyền nghề, chủ yếu được sử dụng trong các lễ hội dân gian gồm nhiều người tham gia tự múa và thưởng thức. Sau này theo quá trình phát triển và các nhu cầu về văn hóa xã hội, loại hình này cũng dần được chắt lọc, nâng cao và đưa vào hệ thống múa sân khấu, nhưng nó vẫn luôn tồn tại, phát triển trong dân gian và là một món ăn tinh thần của đại đa số quần chúng và nhân dân lao động.

Trong múa sinh hoạt có:

- Múa sinh hoạt giao tiếp; Nhảy cổ điển: Waltz, Boston, Tango... cùng các loại múa khiêu vũ.

- Múa sinh hoạt phong tục tập quán trong các ngày hội.

- Múa sinh hoạt lễ nghi, cúng rước như: Lên đồng...

- Múa sinh hoạt cộng đồng dân gian như: Xòe Thái, Lămvông...

Đương nhiên, trong mỗi thể loại có nhiều hình thức khác nhau.

5. Các hình thái nghệ thuật múa thường gặp

5.1. Múa cổ điển châu Âu

Hình thành và ra đời khoảng thế kỷ XVI ở một số nước như Italia, Pháp, Anh... và được truyền bá sang nhiều nước khác nhau. Ở Nga và Liên Xô cũ, múa cổ điển châu Âu đã đạt những thành tựu rực rỡ. Đây là hệ thống múa được xem như một thành tựu văn hóa chung của xã hội loài người mà điển hình là thể loại kịch múa (Ballet) - loại hình múa mang tính bác học với các tác phẩm nổi tiếng như: "Hồ thiên nga", "Zizen", "Kẹp hạt dẻ"... Ngoài ra múa cổ điển châu Âu còn được ứng dụng vào nhiều loại hình nghệ thuật khác nhau như: xiếc, trượt băng nghệ thuật và một số loại hình thể thao nghệ thuật khác.

5.2. Múa dân gian

Hình thái nghệ thuật múa dân gian hình thành và bắt nguồn từ cuộc sống lao động, sinh hoạt và chiến đấu của người dân, phản ánh đời sống, tư tưởng, tình cảm của họ. Điều đó được thể hiện ở hình tượng, luật động và tiết tấu của từng dân tộc như: Việt (Kinh), Thái, Tày, H'mông, Cơho, Bana, Khơme... nó luôn kế thừa và phát triển truyền thống và giao lưu với ngoại tộc. Múa dân gian là bộ phận quan trọng và là nền tảng của các loại hình nghệ thuật múa khác.

5.3. Múa lễ hội tôn giáo tín ngưỡng

Hình thái nghệ thuật múa chủ yếu thể hiện các phong tục tập quán, phục vụ cho tín ngưỡng tôn giáo dưới dạng lệ thức hoặc mang nội dung tôn giáo để hành lễ hay truyền bá, hoặc nhằm mục đích giao tiếp với thiên nhiên hay thế giới bên ngoài theo quan niệm riêng của các tôn giáo và tín ngưỡng khác nhau, ví dụ:

Tín ngưỡng dân gian - "Múa lên đồng"

Đạo giáo - "Múa phù thủy"

Phật giáo - "Múa lục cúng", "Múa song quang"

Thiên chúa giáo - "Múa đám rước"...

5.4. Múa cung đình

Hình thái nghệ thuật múa chủ yếu phát triển trong chế độ phong kiến để phục vụ cho các vua quan trong triều do các cung nữ thể hiện. Nghệ thuật múa cung đình được vay mượn từ múa dân gian và múa tôn giáo, ví dụ ở Việt Nam có: "Múa quạt", "Múa đèn", "Múa tế giao", "Múa nữ tướng xuất quân", "Múa chư hầu"...

5.5. Múa truyền thống Việt Nam

Hình thái nghệ thuật múa trong ca kịch truyền thống, gồm múa chèo và múa tuồng.

Múa chèo dựa trên cơ sở múa dân gian và sử dụng một số chất liệu múa tôn giáo, nó được tích hợp với hát và diễn xuất để thể hiện những tính cách nhân vật. Đã có một hệ thống tính cách nhân vật được khắc họa bằng múa, như: Múa trong vai diễn Thị Mầu...

Múa tuồng dựa trên cơ sở của múa dân gian và múa võ thuật, sử dụng một số chất liệu múa tôn giáo và múa cung đình. Cũng như múa chèo, múa tuồng sử dụng nội dung văn học của vở diễn, thể hiện tâm trạng và khắc họa tính cách của nhân vật mang những nét đặc trưng của loại hình sân khấu. Múa tuồng là hình thái múa phát triển cao gần với trình độ múa cổ điển dân tộc, trong khi múa chèo gần gũi với múa dân gian hơn.

Múa chèo mềm mại, uyển chuyển nặng về múa nữ, thì múa tuồng mạnh mẽ, uyển chuyển, đa dạng, gồm cả múa nam lẫn múa nữ. Tính ước lệ vốn là đặc tính của nghệ thuật múa đã được hình thái nghệ thuật múa truyền thống phát huy triệt để.

5.6. Múa hiện đại

Trường phái múa mới mang tư tưởng, nội dung, ý nghĩa thời đại, sử dụng ngôn ngữ múa tổng hợp với sự tích hợp cao, đôi khi mang tính thực tế hóa trên sân khấu. Nó sử dụng triệt để các hình tượng và sự chuyển động của cơ thể,

mang nhiều màu sắc khác nhau, mang tính tư duy hình tượng và chứa đựng sự trừu tượng, phong phú, đa dạng. Nó được phát triển chủ yếu từ trường phái múa cổ điển châu Âu.

6. Những kỹ năng cơ bản trong múa

Trong nghệ thuật múa, người học tập cũng như người thực hiện biểu diễn phải có và nắm được các kỹ năng cơ bản sau:

6.1. Kỹ năng cảm thụ âm nhạc

Trong nghệ thuật múa, kỹ năng cảm thụ âm nhạc là kỹ năng đặc biệt quan trọng và là điều kiện tiên quyết, quyết định việc học tập và rèn luyện loại hình nghệ thuật múa. Kỹ năng này đòi hỏi người học phải có khả năng nghe và cảm nhận được nhịp độ, tiết tấu, nhịp phách, câu nhạc, đoạn nhạc, nắm được tính chất, cách diễn tả, cách tiến hành của âm nhạc để thể hiện được đúng sắc thái, tính chất của của từng loại giai điệu khác nhau thông qua các động tác múa. Kỹ năng này phụ thuộc vào năng khiếu bẩm sinh của mỗi người.

6.2. Kỹ năng mô phỏng

Đây là kỹ năng cần thiết và rất quan trọng trong việc học tập, tiếp thu, đó là khả năng bắt chước - nhìn người khác thị phạm rồi làm theo. Nó đòi hỏi người học phải có khả năng bắt chước các động tác một cách nhanh nhạy và tương đối chính xác, có khả năng quan sát, nắm bắt khái quát các luật động và quy trình của động tác để thực hiện và thể hiện một cách chính xác. Kỹ năng này cũng phụ thuộc vào năng khiếu bẩm sinh, là kỹ năng tiền đề của người học múa.

6.3. Kỹ năng vận động mềm dẻo của cơ thể

Trong múa, sự mềm dẻo là tối quan trọng và cần thiết. Người thực hiện múa luôn phải có độ mềm dẻo cần thiết để thực hiện được các động tác một cách uyển chuyển, nhẹ nhàng và chính xác. Đây cũng là yêu cầu bước đầu của người học múa.

Độ mềm dẻo cũng có tính bẩm sinh, phụ thuộc vào cấu tạo cơ thể của từng người, nhưng cũng có thể đạt được nó bằng quá trình tập luyện nỗ lực.

6.4. Kỹ năng vận động linh hoạt

Là các hoạt động đóng, mở, sự linh hoạt về biên độ của các khớp xương, kỹ năng này cũng phụ thuộc cơ bản vào cấu tạo riêng về biên độ hoạt động

các khớp xương của từng người. Khi thực hiện các động tác múa, để đẹp và phô diễn các đường nét cũng như độ nhanh nhạy trong chuyển động múa luôn đòi hỏi sự linh hoạt trong mọi phương diện. Người múa phải luôn kiểm soát được một cách chặt chẽ hoạt động đóng, mở để điều khiển được các động tác chính xác trong mọi phương chiều.

6.5. Kỹ năng điều tiết vận động cơ thể

Là kỹ năng điều khiển, kiểm soát và khống chế các cơ bắp hoạt động, chuyển động trong khi thực hiện múa. Kỹ năng này do tập luyện mà có. Nó đòi hỏi người học phải dày công rèn luyện vì độ chính xác và chuẩn mực của các động tác khi thể hiện, cũng như cái hồn của động tác, dáng dấp, đường nét, sự uyển chuyển của động tác phụ thuộc chủ yếu vào kỹ năng này.

6.6. Kỹ năng sử dụng sức bật

Kỹ năng này một phần phụ thuộc vào sức bật bẩm sinh của từng người, đó là khả năng dùng sức bật và nhảy lên khỏi mặt sàn để thực hiện các động tác trên không và chuyển đổi các động tác trong khi múa bằng các bước nhảy. Người thực hiện múa phải nắm được những kỹ thuật cơ bản trong việc sử dụng sức bật và thực hiện các động tác bật nhảy kết hợp với kỹ năng khống chế của mình.

6.7. Kỹ năng xoay chuyển

Trong khi thực hiện múa thường có các động tác quay và các bước xoay chuyển. Nó có thể được thực hiện tại chỗ hay di động, để thực hiện được, người múa bắt buộc phải nắm được các kỹ thuật xử lý trong xoay chuyển và các động tác để xoay chuyển, phương hướng, số vòng. Kỹ năng này cũng yêu cầu người thực hiện phải giữ được thăng bằng và điều chỉnh trọng tâm tốt, vì vậy khi thực hiện đòi hỏi phải có sự kết hợp thống nhất của toàn bộ cơ thể.

7. Vài nét về nền nghệ thuật múa Việt Nam

Từ sau Cách mạng tháng Tám năm 1945, nền nghệ thuật múa chuyên nghiệp của Việt Nam thực sự mới bắt đầu phát triển. Thực hiện đường lối văn hóa văn nghệ của Đảng: tiếp thu tinh hoa văn hóa thế giới, xây dựng một nền nghệ thuật đậm đà bản sắc dân tộc, các hình thức múa của quốc tế bắt đầu được du nhập vào Việt Nam, đặc biệt là nền nghệ thuật múa cổ điển châu Âu.

Nhà nước đã chú trọng đến nền nghệ thuật múa, nhất là hình thái múa truyền thống dân tộc trong đó múa và hàng loạt chất liệu múa của các dân tộc đã được sưu tập và tìm tòi. Bên cạnh đó, cùng với sự ra đời của Trường Múa Việt Nam và một số các trường đào tạo nghệ thuật khác, hàng loạt những đội ngũ diễn viên múa đã được đào tạo chuyên nghiệp, múa dân gian được xây dựng thành các tác phẩm mang nhiều màu sắc có giá trị cao về tư tưởng cũng như nghệ thuật. Trước Cách mạng tháng Tám, nghệ thuật múa của nước ta chủ yếu là múa cung đình và một số nghệ thuật múa dân gian như múa của dân tộc Kinh, dân tộc Thái... Nhưng từ năm 1959 đến nay chúng ta đã thực sự bước vào quá trình tiếp thu và sử dụng múa cổ điển châu Âu cùng một số trường phái múa khác của thế giới trong việc đào tạo các diễn viên chuyên nghiệp, ứng dụng và đẩy mạnh nền nghệ thuật múa dân gian Việt Nam lên một tầm cao mới. Các vở kịch múa cổ điển được dàn dựng lại, hàng loạt tác phẩm múa hiện đại cũng như dân gian được dàn dựng công phu, phong phú và đa dạng, mang đậm bản sắc của dân tộc được ra đời. Cho đến nay nền nghệ thuật múa Việt Nam đã đạt được những thành công và thành tựu đáng kể. Nó vẫn luôn kế thừa tiếp thu những tinh hoa của nền nghệ thuật múa thế giới, giữ gìn phát triển mạnh mẽ nền nghệ thuật múa dân gian dân tộc cùng với sự phát triển chung của xã hội loài người.

Câu hỏi

1. Hãy cho biết sự ra đời hình thành và phát triển bộ môn nghệ thuật múa?
2. Đặc điểm cơ bản của ngôn ngữ múa và vai trò của âm nhạc trong nghệ thuật múa?
3. Các loại hình múa thường gặp?

Bài tập

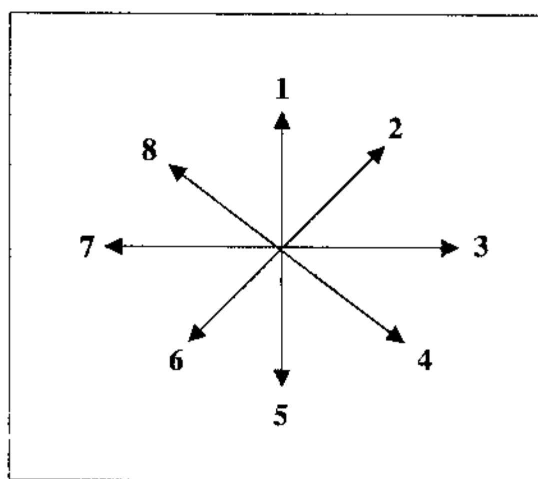
1. Xem băng hình tác phẩm múa, viết thu hoạch.

II. MỘT SỐ ĐỘNG TÁC MÚA DÂN GIAN VIỆT NAM CƠ BẢN

Ở Việt Nam có 54 dân tộc anh em, trong đó nhiều dân tộc có vốn nghệ thuật múa đặc sắc. Cho đến nay trong giáo trình múa dân gian quốc gia đã có chất liệu của các dân tộc: Việt (Kinh), Tày, H'mông, Thái, Cao Lan, Dao, Lôlô, Khơ Mú, Bana, Giarai, Êđê, Xơđăng, Co, Cơtu, Chăm, Cơho và Khơme… song chương trình chỉ giới thiệu một số động tác cơ bản tiêu biểu nhằm giúp giáo sinh rèn luyện sự mềm mại, linh hoạt, điều khiển được cơ thể một cách uyển chuyển. Mặt khác, những động tác cơ bản sẽ giúp giáo sinh nắm được phong cách, đặc điểm, luật động múa cơ bản của một số dân tộc tiêu biểu để biết cách thể hiện cũng như rèn luyện được cơ thể, đáp ứng được yêu cầu chuyên môn trong việc hướng dẫn và dạy trẻ vận động theo âm nhạc và múa.

1. Các phương hướng cơ bản

Trong múa dân gian Việt Nam, để xác định được các phương hướng của động tác khi múa cũng như chuyển động, người ta chia làm 8 hướng gồm: Đằng trước, đằng sau, bên phải, bên trái, cùng 4 hướng xế. (H1)



Hình 1: Tám hướng cơ bản

2. Các tư thế cơ bản

Hệ thống múa dân gian Việt Nam có 6 tư thế cơ bản trong đó gồm: 6 thế tay và 6 thế chân.

2.1. Sáu thế tay

- Tư thế chuẩn bị (H2):

Khi làm động tác, người và mặt đứng hướng 1 (hướng thẳng) 2 tay chống bằng mu bàn tay ở vị trí ngang eo, hai chân đứng thẳng, vai xuôi, khuỷu tay đẩy về phía trước, lưng thẳng, hai bàn tay nằm ngang không hướng lên trên hoặc xuống dưới.



Hình 2

- Tay thế 1 (H3)

Hai bàn tay cong dựng cổ tay xếp lên nhau ở trước ngực, cách mỏ ác 20cm, hai khuỷu tay nâng lòng bàn tay hướng về hướng 3 và 7, ngón tay cái khép vuông góc với bàn tay, vai và lưng thẳng, bàn tay cong vuông góc với cổ tay, người đứng thẳng.



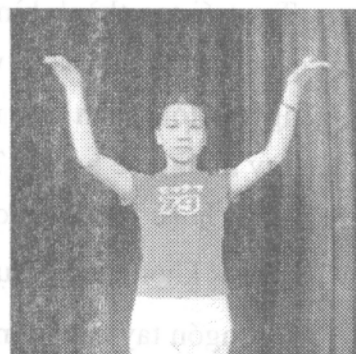
Hình 3

Chú ý: không so vai, rụt cổ, đẩy căng lồng ngực, ngón tay cái vuông góc với cổ tay, hai bàn tay tạo hình tựa bông hoa sen.

- Tay thế 2 (H4)

Hai tay giơ cao, hai cánh tay bằng vai, hai cẳng tay tạo với 2 cánh tay 1 góc 120 độ, hai bàn tay cong, lòng bàn tay hướng lên trên, ngón cái vuông góc với bàn tay, hướng tay hướng xế 2 và 8, vai và lưng thẳng.

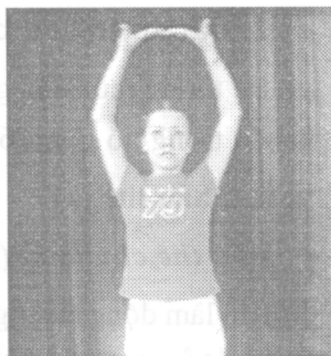
Chú ý: Hạ thấp hai vai, cổ tay cong.



Hình 4

- Tay thế 3 (H5)

Hai cánh tay giơ cao tạo thành 1 khung tròn quanh đầu, hai lòng bàn tay cong ngửa lên trên, ngón tay cái vuông góc với bàn tay, khi ngước lên ta nhìn thấy 2 bàn tay cong, 2 ngón giữa gần chạm nhau (không so vai, rụt cổ).



Hình 5

Chú ý: đẩy hai xương bả vai về phía trước, lưng thẳng, ngón tay cái dựng vuông góc với lòng bàn tay.

- Tay thế 4 (H6)

Tay trái để phía trước, cánh tay bằng vai, cẳng tay vuông góc với cánh tay, bàn tay cong vuông góc với cẳng tay, ngón cái vuông góc với lòng bàn tay, lòng bàn tay hướng lên trên, hướng tay hướng 1. Tay phải tạo thành đường cong sát thân thẳng xuống chân, bàn tay cong, ngón cái vuông góc lòng bàn tay úp xuống dưới (giống hình vành tai) hướng mũi tay hướng 1 (hoặc làm ngược lại).



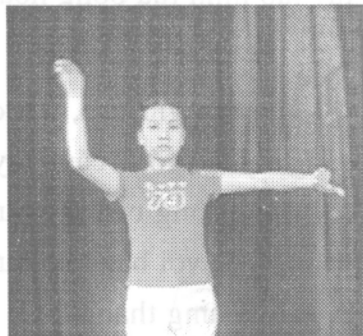
Hình 6

- Tay thế 5 (H7)

Tay trái tạo thành hình vòng cung, cánh tay và cẳng tay ngang bằng vai, bàn tay cong, nằm ngang với lòng bàn tay, mũi tay hướng 1, lòng bàn tay hướng về hướng 7. Tay phải để thế 2 tay hướng 2 (hoặc làm ngược lại).

Chú ý: không so vai rụt cổ, lòng bàn tay cong.

Hai ngón tay cái vuông góc với lòng bàn tay.

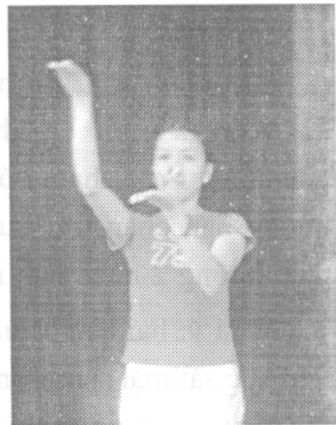


Hình 7

- Tay thế 6 (H8)

Tay phải để thế 2, tay trái để cùng chiều cùng phía tay phải nhưng vị trí thấp hơn, bàn tay cong, lòng bàn tay trái ngang bằng với khuỷu tay phải, với lòng bàn tay, hai tay song song cùng hướng 2 (hoặc làm ngược lại).

Chú ý: hai lòng bàn tay cong, ngón tay cái dựng vuông góc với lòng bàn tay, không so vai, tay dưới không khép nách, cánh tay tự nhiên, mắt nhìn vào lòng bàn tay trên.



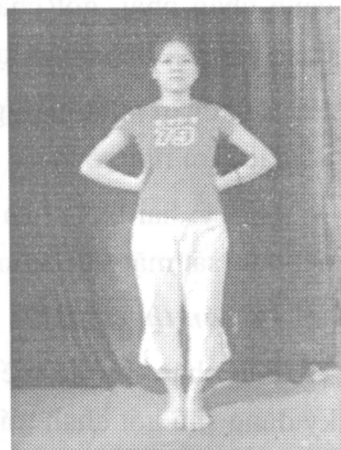
Hình 8

2.2. Sáu thế chân

- Tư thế chuẩn bị (H9)

Khi làm động tác, người và mặt đứng hướng 1, hai tay chống hông, hai chân đứng thẳng. Tay: gập cổ tay chống mu bàn tay vào ngang eo, vai xuôi, khuỷu tay đẩy về phía trước.

Chú ý: lưng thẳng, hai vai xuôi, bụng phẳng, mông đẩy về phía trước, gập hết cổ tay, bàn tay để tự nhiên nằm ngang, không hướng lên hoặc chúc xuống, đầu gối thẳng, hai bàn chân đặt song song, tiếp giáp sát mặt sàn.



Hình 9

- Chân thế 1 (H10)

Hai gót chân đặt sát nhau làm trụ, mở hai mũi chân tạo thành hình chữ V, hai mũi bàn chân thẳng hướng 2 và 8.

Chú ý: đầu gối thẳng, hai bàn chân và các ngón chân tiếp xúc sát mặt sàn, trọng tâm đều trên hai chân.



Hình 10

- Chân thế 2 (H11)

Bàn chân trái giữ nguyên thế 1, chân phải đặt về phía trước tạo thành đường zíc zắc, gót bàn chân trước chạm với mũi của bàn chân sau, hướng bàn chân trái hướng 8, hướng bàn chân phải hướng 2 hoặc làm ngược lại.

Chú ý: hai bàn chân đều mở, các ngón chân tiếp xúc sát mặt sàn, trọng tâm đều trên hai chân.



Hình 11

- Chân thế 3 (H12)

Bàn chân phải để thế 1, đặt bàn chân trái ở cạnh chân phải, gót chân trái đặt giữa gan bàn chân phải, 2 bàn chân tạo thành góc 90 độ.

Bàn chân phải hướng 2, bàn chân trái hướng 8 hoặc làm ngược lại.

Chú ý: hai bàn chân đều mở, các ngón chân tiếp xúc sát mặt sàn, trọng tâm đều trên hai chân.



Hình 12

- Chân thế 4 (H13)

Bàn chân trái để thế 1 (chân trụ), chân phải ký đằng sau gót chân trái, 5 ngón chân phải tiếp xúc với mặt sàn, bàn chân dựng, bàn chân trái hướng 8, chân phải hướng 1 hoặc làm ngược lại.

Chú ý: đẩy cong và căng hết bàn chân ký, hai hông cân đối không lệch nhau.



Hình 13

- Chân thế 5 (H14)

Bàn chân trái để thế 1 (chân trụ), chân phải đặt vắt qua chân trái, gót chân phải và mũi của chân trái nằm trên một đường thẳng, hai chân cách nhau một bàn chân, bàn chân trái hướng 8, bàn chân phải hướng 2 hoặc làm ngược lại.

Chú ý: trọng tâm phần nhiều ở chân sau, người hơi ngả về phía chân trụ.

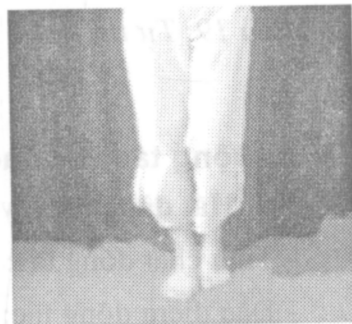


Hình 14

- Chân thế 6 (H15)

Bàn chân phải để thế 1 (chân trụ), chân trái ký cạnh gan bàn chân phải, 5 ngón chân tiếp xúc với mặt sàn, bàn chân dựng, bàn chân phải hướng 2, chân trái hướng 1 hoặc làm ngược lại.

Chú ý: các ngón chân phải tiếp xúc với mặt sàn.



Hình 15

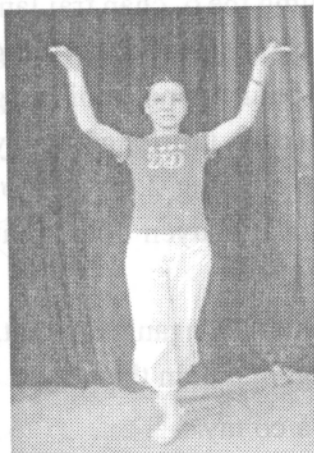
Bàn chân trụ cong đẩy hết cỡ, bàn chân và cổ chân thẳng, đầu gối chân động khép, hai hông cân đối đều nhau.

2.3. Sáu tư thế cơ bản (H16 - H21)

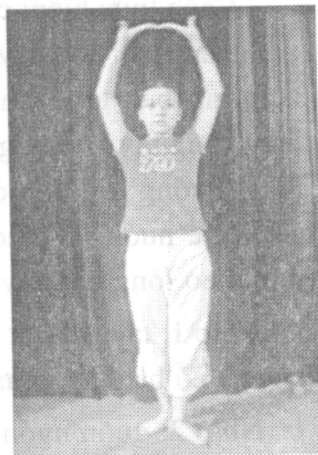
Các tư thế cơ bản kết hợp giữa tay và chân, đây cũng là các tư thế đứng cơ sở và cơ bản cho các động tác múa dân tộc của mọi vùng miền trong hệ thống múa dân gian Việt Nam.



Hình 16: Tư thế 1



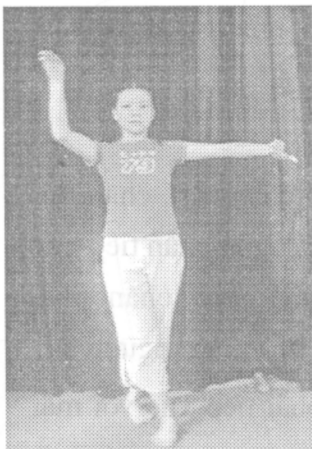
Hình 17: Tư thế 2



Hình 18: Tư thế 3



Hình 19: Tư thế 4



Hình 20: Tư thế 5



Hình 21: Tư thế 6

3. Động tác Hái đào của dân tộc Kinh

3.1. Hái đào một tay

- Tính chất động tác: mềm mại, nhẹ nhàng.

- Đặc điểm động tác: vuốt cánh tay, guộn ngón tay, guộn lật cổ tay và lật bàn tay. Quy trình động tác được làm trong 4 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: chân đứng thế 6, chân trái làm trụ, chân phải ký, tay trái chống ngang thắt lưng bằng mu bàn tay, cánh tay phải buông xuôi cùng thân, cẳng tay vuông góc với cánh tay, lòng bàn tay ngửa, hướng tay làm động tác hướng 2, người hơi cúi xế về hướng 2 theo tay phải chuyển động, mắt nhìn theo lòng bàn tay (H22).



Hình 22

Nhịp 1: tay phải từ dưới vuốt lên ngang tầm mắt, lòng và cổ bàn tay ngửa, cong, mắt nhìn theo tay.

Nhịp 2: guộn ngón tay và cổ tay.

Nhịp 3: bàn tay cong dựng vuốt xuống, lòng và cổ bàn tay sấp, kết hợp chân nhún mềm (H23).

Nhịp 4: tay xuống vị trí ban đầu, lật bàn tay ngửa để tiếp tục động tác.

- Động tác được chuyển đổi để làm hai bên với tay phải và trái, khi đổi bên đồng thời người và chân cũng chuyển theo.



Hình 23

3.2. Hái đào hai tay

- Tính chất động tác: mềm mại, nhẹ nhàng.

- Đặc điểm động tác: vuốt hai cánh tay, guộn ngón và guộn lật cổ tay của hai bàn tay. Động tác được thực hiện trong 4 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: chân đứng thế 6, tư thế người giống động tác Hái đào một tay nhưng khác là động tác này được thực hiện bằng cả hai tay (H24), luật động động tác như hái đào một tay, hai tay vuốt lên thế 6, guộn ngón và cổ tay vuốt xuống rồi lật 2 bàn tay làm lại từ đầu sau đó đổi bên.

4 nhịp động tác thực hiện như hái đào một tay (mắt luôn hướng vào tay trên).

* Động tác hái đào mục đích rèn luyện kỹ năng uyển chuyển, mềm mại, sự kết hợp nhuần nhuyễn của hai cánh tay và các kỹ xảo của đôi bàn tay cùng các ngón tay.



Hình 24

4. Một số bước đi cơ bản của múa dân tộc Kinh

4.1. Bước đi mềm chân thế 2

- Tính chất động tác: mềm mại, nhịp nhàng.

- Đặc điểm động tác: chân bước đặt gót thế 2, thấm đều bàn chân chuyển trọng lượng kết hợp nhún mềm đầu gối, mỗi bước đi được thực hiện trong 2 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: chuẩn bị chân đứng thế 1, hai tay chống ngang thắt lưng, người thẳng.

Nhịp 1: chân trái bước trên cơ sở thế 2, bàn chân hơi cong đặt gót sát với mũi chân phải (chân trụ).

Nhịp 2: chuyển trọng lượng kết hợp nhún mềm đầu gối, sau đó tiếp tục với chân phải.

4.2. Bước đi thế 2 kiễng

- Tính chất động tác: mềm mại, nhịp nhàng.

- Đặc điểm động tác: chân bước thế 2 đặt mũi chân, thấm đều bàn chân chuyển trọng lượng kết hợp nhún mềm đầu gối, mỗi bước đi được thực hiện trong 2 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: chuẩn bị chân đứng thế 1, hai tay chống ngang thắt lưng, người thẳng, kiễng đều trên hai nửa bàn chân, sau đó mới bước đặt mũi chân, chuyển trọng lượng và nhún mềm.

Nhịp 1: kiễng đều hai bàn chân, chân trái bước đặt mũi chân trên cơ sở thế 2 (hai bàn chân tạo thành đường zíc zắc).

Nhịp 2: thấm bàn chân chuyển trọng tâm kết hợp nhún mềm, sau đó tiếp tục với chân phải.

4.3. Đi lướt

- Tính chất động tác: nhanh, linh hoạt.

- Đặc điểm động tác: chân bước thế 2 nhanh lướt trên mặt sàn.

- Cách thực hiện: chân bước liên tục, nhanh, bàn chân cong, đầu gối chùng, chân nọ nối tiếp chân kia (người không nhấp nhổm) mỗi bước tương ứng với 1 phách của 1 nhịp 2/4.

* Các bước đi cơ bản nhằm mục đích rèn luyện kỹ năng di chuyển mềm mại, linh hoạt của bàn chân, độ mềm, độ khống chế của đầu gối và của cả đôi chân trong vận động. Các động tác này cũng được kết hợp với các động tác của phần tay thành các động tác hoàn chỉnh hoặc được sử dụng để di chuyển các tuyến đội hình trong múa, thực hiện các động tác theo mục đích hoặc chủ đề cần thể hiện.

5. Động tác vuốt - guộn - đuổi của dân tộc Kinh



Hình 25

- Tính chất động tác: mềm mại, duyên dáng.

- Đặc điểm động tác: chân bước quả trám mềm, kết hợp tay vuốt - guộn - đuổi thế 4, quy trình động tác thực hiện trong 4 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: chuẩn bị đứng tư thế 1, chân bước đều theo nhịp, 2 bước tiến chân bước thế 5, 2 bước lùi chân lùi thẳng. Khi làm, chân nọ kết hợp với tay kia, hai tay luôn vuốt - guộn - đuổi nhau cùng với chân bước kết hợp nhún, hai tay luôn chuyển động khi tay này guộn thì tay kia lật, không dừng lại trong quá trình chân bước và làm động tác, mắt nhìn theo tay. Khi thực hiện người hơi nghiêng về phía chân động.

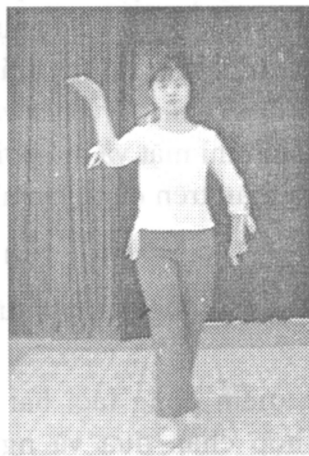
Nhịp 1: chân trái bước vắt qua chân phải đặt gót (thế 5) đồng thời tay phải vuốt lên thế 4, bàn tay cong, guộn cổ tay kết hợp nhún và vuốt tay xuống vào phách mạnh của nhịp (H25).

Nhịp 2: chân phải bước vắt qua chân trái đặt gót (thế 5) đồng thời tay trái vuốt lên thế 4 bàn tay cong, guộn cổ tay kết hợp nhún và vuốt tay xuống vào phách mạnh của nhịp (H26).

Nhịp 3: chân trái lùi đặt mũi chân, chuyển trọng tâm, nhún vào phách mạnh, quy trình tay như ở nhịp 1 (H27).



Hình 26



Hình 27

Nhịp 4: chân phải lùi đặt mũi chân, chuyển trọng tâm, nhún vào phách mạnh, quy trình tay như ở nhịp thứ 2, và bắt đầu lại từ đầu (H28).
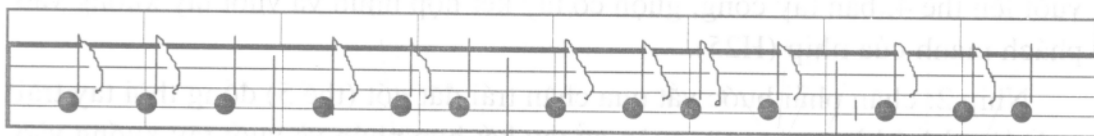

Hình 28

* Động tác vuốt - guộn - đuổi mục đích rèn luyện kỹ năng mềm mại, uyển chuyển với sự phối hợp của toàn thân, động tác này có 3 tầm: Hạ (a) - Trung (b) - Thượng (c)

6. Động tác Trống nhật tân của dân tộc Kinh

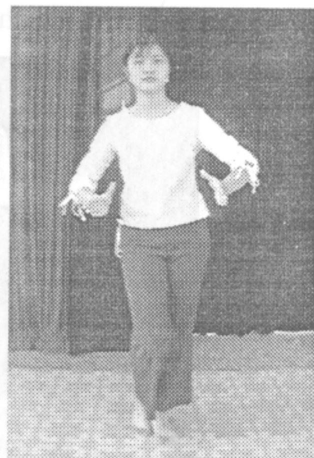
- Tính chất động tác: vui tươi, nhí nhảnh

- Đặc điểm động tác: chân chuyển động thế 6, trống đeo trước bụng, hai tay đánh lật lòng bàn tay vào mặt trống. Quy trình động tác được thực hiện trong 1 khổ trống 4 nhịp 2/4.



*　　*　　*　　*　　*

- Cách thực hiện: chân đứng thế 6, chân trái làm trụ, chân phải ký, hai tay dùng lòng bàn tay đánh lật vào mặt trống trước bụng theo phách, tay phải đánh trước sau đó tay trái - tay phải và đổi chân (khi đổi chân, tay phải vẫn đánh trước) tay bên nào đánh thì mặt và má hơi đưa về bên đó kết hợp vai và thân trên cùng lắc nhẹ theo (H29).


Hình 29

7. Động tác Mõ mời của dân tộc Kinh

- Tính chất động tác: vui tươi, nhí nhảnh, hồn nhiên.

- Đặc điểm động tác: hai tay làm động tác mời kết hợp chân đưa và nghiêng người, quy trình động tác làm trong 4 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: người đứng hướng 1. Hai tay xếp lên nhau vuông góc trước ngực, bàn tay sấp, chân đứng thế 1 (H30).

Nhịp 1: chân phải co vuông góc, bàn chân cong đưa thẳng ra hướng 2 kết hợp chân trái (chân trụ), nhún tay phải mở cùng hướng chân phải, lòng bàn tay ngửa động tác mời, tay trái vuông góc bàn tay sấp đỡ lấy khuỷu tay phải (H31).



Hình 30



Hình 31

Nhịp 2: chân phải thu về (theo đường vòng tròn) kết hợp tay phải xếp lại vị trí ban đầu vuông góc trước ngực, người thẳng.

Nhịp 3: làm động tác mời với chân trái và tay trái ở hướng 7 như nhịp 1.

Nhịp 4: thu chân trái và xếp tay trái về vuông góc như nhịp 2.

- Chú ý: khi làm động tác phải dứt khoát, chính xác, mặt hướng theo tay, cằm hơi đưa về phía trước.

8. Động tác Mường Lay của dân tộc Thái

- Tính chất động tác: mềm mại, nhẹ nhàng, uyển chuyển.

- Đặc điểm động tác: chân bước di chuyển sang hai bên hướng 3 và 7, kết hợp tay dập dình theo nhịp bước chân, quy trình động tác được thực hiện trong 4 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: người đứng hướng 1

Bước 1: kiễng chân phải.

Bước 2: bước vắt chân trái qua chân phải nhún nhẹ.

Bước 3: bước chân phải sang ngang.

Bước 4: kéo chân trái về qua sau gót chân phải và phẩy bàn chân, đặt chân trái kiễng và động tác lại được làm lại về phía bên trái với chân phải bước vắt qua (động tác được thực hiện như quy trình trên nhưng đổi chân).

Tay: kết hợp dập dình hai cánh tay cùng chân bước: khi di chuyển sang bên phải (hướng 3) tay trái ở trước, tay phải ở bên cạnh và ngược lại.

- Khi làm tay có thể kết hợp cầm khăn hoặc nón thái.

9. Động tác Rung nhạc của dân tộc Tày

- Tính chất động tác: nẩy, dứt khoát.

- Đặc điểm động tác: hai tay rung nhạc kết hợp chân nhún. Quy trình động tác thực hiện trong 4 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: người đứng hướng 1, hai bàn tay xếp vuông góc vị trí cạnh hông, hai bàn tay sấp.

Hai bàn tay bật theo trình tự 1-2-3 và 4: hai lần đầu bật tay theo nhịp, tiếp theo 2 lần liên tục theo phách của nhịp 3, nhịp 4.

Hai tay vẽ thành 2 vòng tròn nhỏ, trở về vị trí ban đầu đổi tay trái ở trên kết hợp chân nhún, động tác được bắt đầu lại từ đầu (H32).



Hình 32

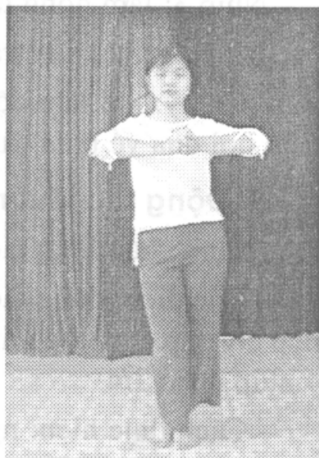
10. Động tác Đưa mông của dân tộc Giarai

- Tính chất động tác: uyển chuyển và có sức.

- Đặc điểm động tác: chuyển hông và mông sang hai bên kết hợp hai tay kéo, đẩy và nhấn. Quy trình động tác làm trong 2 nhịp nhạc 2/4 tốc độ chậm.

- Cách thực hiện: người đứng hướng 1, hai chân thẳng, hai bàn chân sát nhau, hai cánh tay đặt ngang trước ngực, hai bàn tay nắm vuông góc vào nhau, hai ngón cái xếp lên nhau.

Nhịp 1: hai bàn tay nắm chặt kéo thẳng vào ngực, cánh tay và khuỷu tay nâng vuông góc kết hợp đưa hông và mông sang bên trái (H33).



Hình 33

Nhịp 2: đẩy hai bàn tay ra vị trí cũ hơi buông lỏng đồng thời trả hông và mông về vị trí thẳng.

- Chú ý: động tác này làm phải có sức từ bên trong giống như sự chuyển động có lực co và kéo lại.



Hình 34

11. Động tác Sát coong của dân tộc Bana

- Tính chất động tác: khỏe, uyển chuyển và có sức.

Đặc điểm động tác: hai tay làm động tác Sát coong kết hợp chân nhún xuống vào phách mạnh, quy trình động tác làm trong 2 nhịp nhạc 2/4.

- Cách thực hiện: chân đứng thế 3 rộng, mặt và người hướng 1, hai tay xếp vuông góc hướng xế hướng 8, cánh tay phải vuông góc với thân, cẳng tay dựng, bàn tay nắm. Tay trái nằm ngang vuông góc trước ngực, bàn tay nắm và sấp.

Nhịp 1: phách mạnh tay phải kéo xuống vuông góc với tay trái nằm ngang hai cổ tay miết nhẹ qua nhau, chân kết hợp nhún, phách nhẹ nẩy lên (H34).

Nhịp 2: cũng làm tương tự như ở nhịp 1 nhưng đổi tay, tay trái dựng kéo xuống qua tay phải nằm ngang ngực và vuông góc, kết hợp nhún.



Hình 35

12. Động tác Kai lơ mếch của dân tộc Khơme

- Tính chất động tác: mềm mại, thướt tha.

- Đặc điểm động tác: tay xốc hoặc gạt kết hợp chân bước thế 2, phách nhẹ nhún xuống phách mạnh nẩy lên (H35).

- Cách thực hiện: hai tay guộn, cổ tay lồng qua nhau và xốc lên theo phách mạnh kết hợp chân nhún vào nhịp lấy đà nẩy lên vào phách mạnh, chân trái bước tay trái xốc và ngược lại.

Quy trình động tác làm 3 bước tiến (chân trái bước trước) lùi 2 bước sau đó tiến 2 lùi 1, hết quy trình động tác được làm lại từ đầu.

Nội dung kiểm tra

1. 6 tư thế cơ bản.
2. Động tác vuốt - guộn - đuổi của dân tộc Kinh
3. Động tác Kai lơ mếch của dân tộc Khơme

III. MỘT SỐ ĐIỆU NHẢY VÀ CÁC BÀI MÚA CHO TRẺ XEM

1. Một số điệu nhảy cơ bản

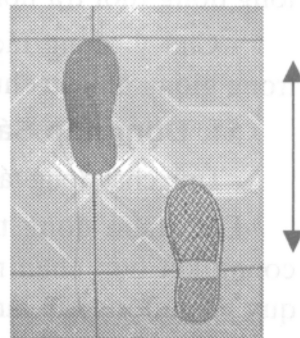
1.1. Điệu nhảy Bebop nhạc Disco

Điệu nhảy này gồm 6 bước cơ bản, nam chân trái lùi trước, nữ chân phải lùi trước, các bước như sau:

1.1.1. Bước nữ (chuẩn bị hai chân đứng thẳng)

Bước 1: chân phải lùi đặt mũi chân và chuyển trọng tâm.

Bước 2: trả trọng tâm về chân trái (Bước 1 + 2, H36).



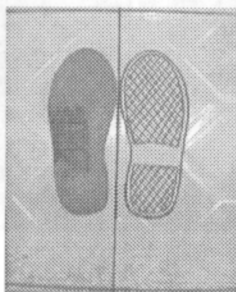
Hình 36

Bước 3: thu chân phải về đặt cạnh chân trái, giật nhẹ (H37).

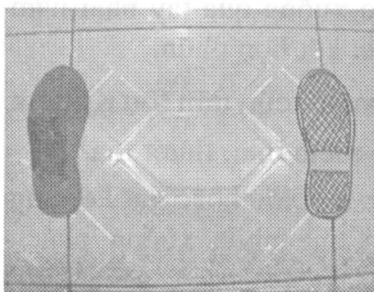
Bước 4: bước chân phải sang cạnh, chuyển trọng tâm (H38).

Bước 5: thu chân trái về đặt cạnh chân phải, giật nhẹ (H39).

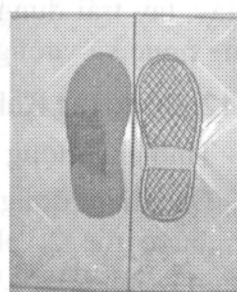
Bước 6: trả chân trái về vị trí ban đầu (H40), kéo chân phải qua cạnh chân trái lùi về sau để trở về bước 1 (các bước được nối tiếp liên tục và luân phiên).



Hình 37



Hình 38



Hình 39

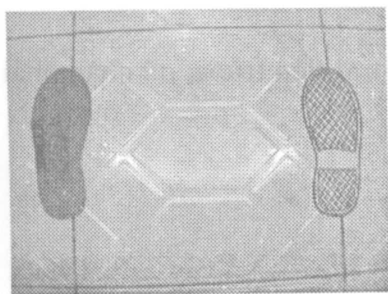
1.1.2. Bước nam (chuẩn bị hai chân đứng thẳng)

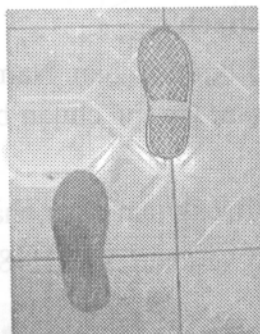
Bước 1: chân trái lùi đặt mũi chân và chuyển trọng tâm.

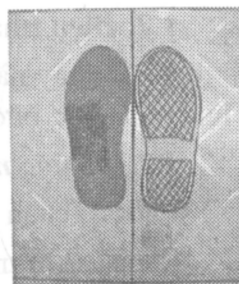
Bước 2: trả trọng tâm về chân phải (Bước 1 + 2, H41)..

Bước 3: thu chân trái về đặt cạnh chân phải, giật nhẹ (H42)

Bước 4: bước chân trái sang cạnh, chuyển trọng tâm (H43).



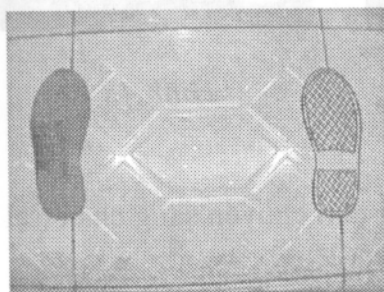



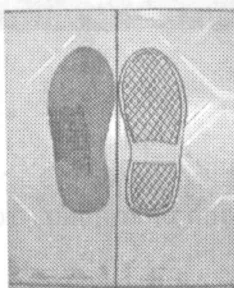
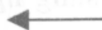
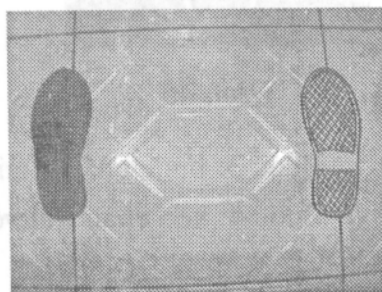
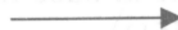


Hình 40 *Hình 41* *Hình 42*

Bước 5: thu chân phải về đặt cạnh chân trái, giật nhẹ (H44).

Bước 6: trả chân phải về vị trí ban đầu (H45), kéo chân trái qua cạnh chân phải lùi về sau để trở về bước 1 (các bước được nối tiếp liên tục và luân phiên).



Hình 43 *Hình 44* *Hình 45*

1.1.3. Kết hợp nam - nữ

Nam và nữ đứng đối diện, hai tay nam cầm và nâng hai tay nữ. Nam và nữ cùng thực hiện bước nhảy của mình đồng thời trong cùng tiết tấu.

Sau khi thành thạo bước cơ bản sẽ kết hợp bước xoay và quay để chuyển đổi hướng và vị trí. Có 2 bước xoay cơ bản: xoay mở phải và xoay đóng trái, nam nữ đổi chỗ cho nhau.

1.2. Điệu nhảy Chachacha

Điệu nhảy này gồm 5 bước cơ bản. Nam chân trái tiến trước, nữ chân phải lùi trước, các bước như sau: (tư thế chuẩn bị H46).

1.2.1. Bước nữ

Bước 1: chân phải lùi, trọng tâm chân phải (H47).

Bước 2: trả trọng tâm về chân trái (H48).



Hình 46



Hình 47



Hình 48

Bước 3: bước chân phải sang ngang (H49).

Bước 4: kéo chân trái về cạnh chân phải, trọng tâm chuyển sang chân trái (H50).

Bước 5: bước tiếp chân phải sang ngang, trọng tâm chuyển sang chân phải (H51).



Hình 49



Hình 50



Hình 51

(từ bước 3 cho đến bước 5 bước dồn chân theo chùm 3) sau đó bước tiếp chân trái lên bước 1, trả trọng tâm về chân phải, các bước được thực hiện ngược lại quy trình ban đầu. (H52).

Cách đếm nhịp: 1-2-Chachacha (trong đó Chachacha bước liền và dồn chân).

1.2.2. Bước nam

Bước 1: tiến chân trái, trọng tâm chân trái (H47).

Bước 2: trả trọng tâm về chân phải (H48).

Bước 3: bước chân trái sang ngang (H49).

Bước 4: kéo chân phải về cạnh chân trái, trọng tâm chuyển sang chân phải (H50).

Bước 5: bước tiếp chân trái sang ngang, trọng tâm chuyển sang chân trái (H51, H52). Cách bước như bước nữ chỉ khác là đối chân cùng nữ, nam trái nữ phải và ngược lại.



Hình 52



Hình 53



Hình 54

1.3. Điệu nhảy Boston

Điệu nhảy gồm 3 bước cơ bản theo nhịp 3/4, bước vào phách mạnh và xoay chuyển vào 2 phách nhẹ. Tư thế chuẩn bị (H53).

1.3.1. Bước nữ

Bước 1: lùi chân trái, chuyển trọng tâm về chân trái (H54).

Bước 2: kéo chân phải qua chân trái bước sang bên cạnh, trọng tâm chuyển sang chân phải (H55).

Bước 3: thu chân phải về cạnh chân trái, trọng tâm đều trên hai chân (H56).

- Bước nhảy được thực hiện lại từ đầu nhưng được đổi chân, nữ tiến chân phải trước (khi di chuyển thân trên thẳng, khung tay kết hợp với nam thành một khối vững chắc).



Hình 55

1.3.2. Bước nam

Bước 1: tiến chân phải kết hợp chuyển trọng tâm (H54).

Bước 2: bước chân trái kéo qua chân phải sang ngang, chuyển trọng tâm sang chân trái (H55).

Bước 3: thu chân phải về cạnh chân trái, trọng tâm đều trên hai chân (H56).

- Bước nhảy được thực hiện lại tương tự nhưng đổi chân, nam lùi chân trái trước.



Hình 56

2. Một số bài hát múa cho trẻ xem

2.1. *Khúc hát ru của người mẹ trẻ* - Âm nhạc: Phạm Tuyên

(Hát múa phụ họa)

Đoạn 1: gồm 12 nhịp từ "Đôi làn môi con....... nghiêng về ngọn gió".

Nhịp 1: bước chân trái sang bên cạnh.

Nhịp 2: nhún chân trái, kéo chân phải về cạnh chân trái kết hợp tay phải từ từ kéo vào phía trước ngực, lòng bàn tay ngửa, cẳng tay vuông góc với cánh tay (H57).

Nhịp 3: bước chân phải trả về bên cạnh.

Nhịp 4: nhún chân phải, kéo chân trái về cạnh chân phải kết hợp tay trái từ từ kéo vào phía trước ngực, lòng bàn tay ngửa, cẳng tay vuông góc với cánh tay (H58).

Nhịp 5-6-7-8: kiễng từ từ hai chân kết hợp hai tay chuyển động phía trước ngực từ thế 1 qua thế 3 chuyển về thế 6; người thẳng (H59).

Nhịp 9-10-11-12: xoay đều trên hai chân sang bên trái 1 vòng (hai chân vẫn kiễng, tay thế 6) từ từ quỳ và ngồi xuống trên hai gót chân.

Đoạn 2: gồm 12 nhịp từ "Đôi làn môi con .... ngậm tia nắng trời".

Nhịp 1-2: từ vị trí ngồi trên hai gót chân làm động tác đưa nôi, nhịp 1 đẩy ra phía trước, nhịp 2 kéo vào, hai cánh tay song song, bàn tay cong (H60).


Hình 57


Hình 58


Hình 59


Hình 60

Nhịp 3-4: làm lại quy trình động tác như nhịp 1 và 2.

Nhịp 5-6-7-8: hai tay chuyển động từ tư thế 1 trước ngực qua thế 3 trở về tư thế 1 (H61, H62).

Nhịp 9-10-11-12: Làm lại quy trình động tác như nhịp 5-6-7-8.

Đoạn 3: gồm 12 nhịp từ "Sữa mẹ trắng trong.......... con ơi hãy nghĩ".

Nhịp 1-2-3-4: từ từ đứng dậy, kết hợp hai tay từ thế 1 mở rộng ra thế 2 (H63).


Hình 61

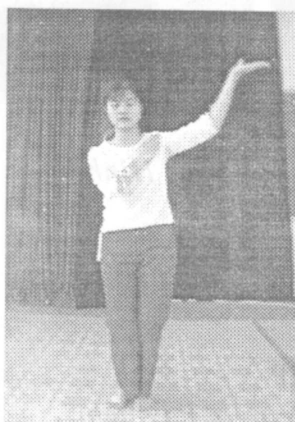

Hình 62


Hình 63

Nhịp 5-6: chân trái bước sang bên trái (nhịp 5), kéo chân phải về cạnh chân trái (nhịp 6) kết hợp tay phải từ thế 2 kéo về, áp lòng bàn tay phải vào bờ vai trái kết hợp nhún mềm (H64).

Nhịp 7-8: bước trả chân phải về bên cạnh (nhịp 7), kéo chân trái về cạnh chân phải (nhịp 8), kết hợp tay trái từ thế 2 kéo về, áp lòng bàn tay trái vào bờ vai phải kết hợp nhún mềm (H65).

Nhịp 9-10: bước chân trái lên phía trước (nhịp 9), thu chân phải lên cạnh chân trái (nhịp 10) kết hợp hai tay từ hai bờ vai vuốt xuống và đưa lên thế 2 rộng (H66).



Hình 64



Hình 65



Hình 66

Nhịp 11-12: kiễng hai bàn chân xoay 1 vòng về bên trái, hai tay vẫn mở ở thế 2 rộng, vai phải và tay phải cao hơn vai trái và tay trái.

Đoạn kết: gồm 4 nhịp "Hãy nghĩ những điều trắng trong".

Nhịp 1-2: bước chân trái xế lên hướng 8 (nhịp 1), thu chân phải về cạnh chân trái (nhịp 2) kết hợp hai tay từ thế 2 rộng xếp về trước ngực động tác giống như bế đứa trẻ, vai trái cao, vai phải thấp (H67).

Nhịp 3-4: kiễng đều hai chân và từ từ ngồi xuống kết thúc (H68).



Hình 67



Hình 68

2.2. ***Hoa thơm bướm lượn*** **- Dân ca Quan họ Bắc Ninh**

(Hát múa phụ họa)

Phần múa phụ họa sử dụng quạt giấy hoặc quạt đạo cụ biểu diễn.

Cách sử dụng quạt:

- Cách cầm quạt thứ nhất: mở đều nan quạt, ngón tay trỏ và ngón tay cái cầm nan quạt đầu tiên, các ngón tay còn lại căng đều trên nan quạt, ngón tay út giữ nan quạt cuối cùng vào cườm tay (trục quạt nằm giữa lòng bàn tay, mặt quạt căng và phẳng).

- Cách cầm quạt thứ 2: mở đều nan quạt, đặt vào lòng bàn tay, ngón tay cái kẹp trục quạt vào lòng bàn tay, các ngón tay còn lại căng đều theo nan quạt (giữ mặt quạt luôn căng và phẳng).

Câu 1: gồm 8 nhịp từ "Ới hoa........... con bướm dạo ơ".

Tạo hình ban đầu ngồi xếp hai chân, hai tay cầm quạt cách 1, hai cánh tay tạo thành khung phía trước, hai nan quạt chống lên hai đùi (nan quạt ngón cái và ngón trỏ cầm quạt chúc xuống phía dưới) tạo hình giống con bướm đang đậu (H69).



Hình 69

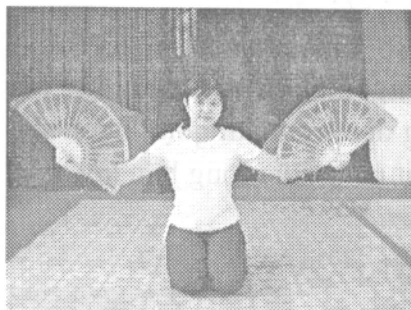
Nhịp 1-2-3-4: hai tay từ từ mở quạt, mặt quạt cắt

qua trước mặt và mở ra thế 2 rộng (giữ hai mặt quạt luôn luôn phẳng với hướng 1) kết hợp từ từ quỳ thẳng trên hai đầu gối (H70).

Nhịp 5-6: guộn quạt bằng cổ tay (nhịp 5) kết hợp người cúi ngồi trên hai gót chân đưa hai tay quạt lên thế 3 (nhịp 6) người và lưng thẳng, cầm quạt lòng bàn tay hướng ra ngoài, hai cổ tay và mu bàn tay đối và sát vào nhau (H71).

Nhịp 7: từ thế 3 mở hai tay quạt ra thế 3 rộng, hai tay quạt song song lòng bàn tay hướng vào trong.

Nhịp 8: từ thế 3 rộng hai tay qua thế 2 đóng hai tay quạt xếp lại phía trước ngực, tay phải ở trong, tay trái ở ngoài; hai chân vẫn ngồi xếp trên hai gót chân (H72).



Hình 70



Hình 71



Hình 72

Câu 2: gồm 6 nhịp từ "Bớ cái duyên................ ru hời".

Nhịp 1-2-3: từ tư thế ngồi hai tay quạt xếp trước ngực mở tay quạt phải ra thế 2 thấp kết hợp guộn quạt (H73 - H74).

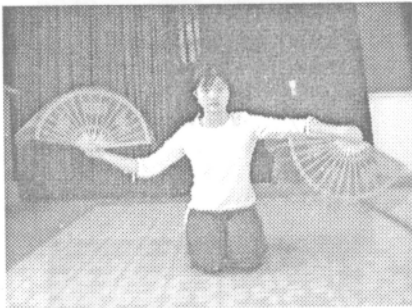
Nhịp 4-5-6: mở tay quạt trái ra thế 2 thấp kết hợp guộn quạt, hạ hai tay quạt kết hợp đứng dậy (H75 - H76).



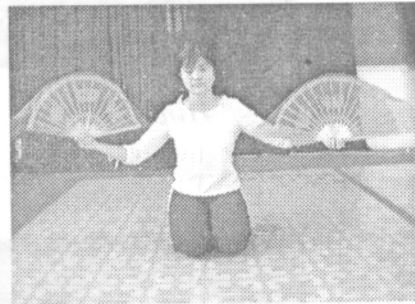
Hình 73



Hình 74



Hình 75



Hình 76

Câu 3: gồm 6 nhịp từ "Bướm lượn................ nó bay".

Nhịp 1-2-3: bước chân trái lên hướng 8 (nhịp 1), người và mặt ở hướng 2, kết hợp mở rộng hai tay quạt qua thế 3 (H77).

Thu chân phải lên cạnh chân trái nhún nhẹ và kiễng đều trên hai chân (nhịp 2) kết hợp đưa hai tay quạt lên ngang vai (mặt quạt nằm sấp) (H78).

Nhún đều hai chân kết hợp vuốt hai tay quạt xuống vào nhịp 3 (khuỷu tay xuống trước).

Nhịp 4-5-6: bước chân trái lên hướng 2 (nhịp 4), người và mặt ở hướng 8, kết hợp mở rộng hai tay quạt qua thế 3 (H79).

Thu chân trái lên cạnh chân phải nhún nhẹ và kiễng đều trên hai chân

(nhịp 5) kết hợp đưa hai tay quạt lên ngang vai (mặt quạt nằm sấp) (H80).

Nhún đều hai chân kết hợp vuốt hai tay quạt xuống vào nhịp 6 (khuỷu tay xuống trước).



Hình 77



Hình 78



Hình 79



Hình 80

Nội dung kiểm tra

1. Hát múa bài hát *Khúc hát ru của người mẹ trẻ* - Phạm Tuyên.
2. Hát múa bài hát *Hoa thơm bướm lượn* - Dân ca quan họ Bắc Ninh.

Chương 2

PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ MÚA VÀ VẬN ĐỘNG THEO ÂM NHẠC

• **Mục tiêu:**

Chương này hình thành cho giáo sinh những năng lực (kiến thức và kỹ năng) thực hiện tốt chương trình giáo dục âm nhạc và múa cho trẻ mầm non.

Giáo sinh nắm vững đặc điểm vận động của trẻ và các phương pháp cơ bản trong việc dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc. Giáo sinh được hướng dẫn các phương pháp xây dựng các bài vận động phù hợp với các độ tuổi khác nhau dựa vào sự phát triển thực tế của trẻ. Phần này cũng giới thiệu các phương pháp cơ bản của người dạy múa, cách hướng dẫn, tiếp cận đối tượng học là trẻ mầm non đặc biệt là phương pháp cơ bản để dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc. Sự phân chia các trình tự dạy múa theo các bước cơ bản giúp giáo sinh thực hiện tốt các bước dạy trẻ múa và vận động cũng như tổ chức tốt các giờ học múa và vận động theo âm nhạc.

I. PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ MÚA VÀ VẬN ĐỘNG

Phương pháp dạy trẻ vận động theo âm nhạc được căn cứ trên phương pháp dạy múa và hướng dẫn vận động. Giáo viên trên cơ sở nghiên cứu dựa trên đặc điểm tâm lý, khả năng vận động, khả năng tiếp thu của trẻ mà áp dụng và lựa chọn các phương pháp sao cho phù hợp với thực tế trên từng nhóm trẻ cụ thể.

Các phương pháp dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc bao gồm:

1. Phương pháp thị phạm

Đây là phương pháp chính để dạy trẻ vận động theo âm nhạc và múa. Trong

phương pháp này, giáo viên chủ yếu khai thác và dựa vào khả năng mô phỏng của người học bằng cách hướng dẫn các yếu lĩnh cơ bản của động tác (đặc điểm, chi tiết và cách thức để thực hiện được động tác), làm mẫu các động tác cụ thể, hướng dẫn luật động và các quy trình chuyển động của từng động tác riêng lẻ cũng như luật động và quy trình của cả một tổ hợp hay bài múa.

Trong quá trình dạy múa và vận động, phương pháp này được áp dụng nhiều lần, từ hình thức giới thiệu đầu tiên, hướng dẫn, nhấn mạnh, sửa sai đến hoàn thiện động tác sau cùng. Nó được áp dụng trong suốt tiến trình dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc trong từng tiết học và từng lần dạy cụ thể.

Phương pháp này ngoài việc đòi hỏi cách làm mẫu chuẩn xác các động tác còn yêu cầu giáo viên giải thích chính xác bằng lời các chi tiết và đặc điểm của động tác, cũng như hướng dẫn làm sao cho khoa học, dễ hiểu, dễ liên tưởng để trẻ hiểu và thực hiện được động tác theo sự hướng dẫn của cô một cách dễ dàng.

Ngoài các yêu cầu trên, để đạt được kỹ năng của loại hình nghệ thuật múa nói chung hay mục tiêu của môn học nói riêng thì khi hướng dẫn trẻ múa, các động tác múa của cô phải chính xác và đẹp, có hồn và thể hiện được nội dung cũng như chủ đề hoặc ý nghĩa của động tác đó. Có như vậy mới hấp dẫn và thu hút sự chú ý của trẻ cũng như ảnh hưởng tới việc cảm nhận và thực hiện các thao tác, động tác múa và vận động ở các em.

2. Phương pháp tiếp xúc

Đây cũng là một phương pháp quan trọng quyết định thái độ của đối tượng học với loại hình này. Bằng biện pháp cho trẻ làm quen, tìm hiểu và được tiếp xúc thường xuyên với múa thông qua các tiết học (cô hát múa cho trẻ xem), các hoạt động văn hóa văn nghệ, các phương tiện thông tin đại chúng,... sẽ gây cho trẻ sự ham thích, ấn tượng và nảy sinh các nhu cầu hoạt động vận động múa. Khi tiếp xúc với âm nhạc và được xem múa hoặc vận động, bao giờ trẻ cũng có phản ứng gắn liền với tiết tấu và nhịp điệu của bài hát, bản nhạc, do đó trẻ muốn múa và thực hiện được các động tác múa như mình đã được xem.

3. Tổ chức tập luyện

Phương pháp này là chủ đạo. Thông qua luyện tập để người học hình thành các kỹ năng và rèn luyện độ chuẩn xác của các động tác cũng như độ

chính xác trong chuyển động, luật động và các quy trình khi thực hiện các động tác múa hoặc vận động.

Khi tổ chức cho trẻ tập luyện, bước đầu để giúp trẻ rèn luyện các động tác, thuộc và nhớ các quy trình của động tác cũng như tổ hợp múa hoặc vận động, cô cần hoán đổi các nhịp, phách trong bài hát, bản nhạc thành những số đếm cụ thể theo các khổ 3, 4 hoặc 8. Những lần đếm này được căn cứ chính xác theo tiết tấu và số lượng nhịp phách trong bài hát hoặc bản nhạc mà mình đang dạy, như vậy trẻ dễ nghe, dễ hiểu và tạo sự cảm nhận về nhịp điệu và tiết tấu ở trẻ, ví dụ:

Nhịp $\frac{2}{4}$: 1-2-3-4
2-2-3-4
3-2-3-4 ....

Hoặc: 1-2-3-4-5-6-7-8
2-2-3-4-5-6-7-8
3-2-3-4-5-6-7-8 ....

Nhịp $\frac{3}{4}$: 1-2-3
2-2-3
3-2-3.....

Mỗi động tác cũng được quy định cụ thể trong nhịp, phách hoặc số lần làm động tác trong một câu, một đoạn hay trong cả bài (nên làm một động tác trong 3 nhịp hoặc 4 nhịp tùy theo tiết tấu của bài hát hay bản nhạc đó). Như vậy, khi kết hợp giữa hát múa và vận động, độ chính xác của các động tác và thao tác trong chuyển động sẽ đạt hiệu quả cao, trẻ sẽ dễ thuộc nhớ các quy trình động tác cũng như cảm nhận về tiết tấu, nhịp điệu, lúc đó các em sẽ phát huy được óc tưởng tượng và sáng tạo, tập trung thể hiện tình cảm, cảm xúc của mình theo giai điệu của bài hát hoặc bản nhạc đó.

Lưu ý: Trước và sau khi cho trẻ tập luyện, cô phải sắp xếp đội hình và vị trí cho trẻ một cách hợp lý. Trong lớp học, cách sắp xếp thứ tự theo khả năng cũng tạo điều kiện cho trẻ có tinh thần phấn đấu và học tập lẫn nhau. Đặc biệt đối với trẻ sự động viên, khích lệ là một yếu tố vô cùng quan trọng vì nó giúp trẻ tự tin và phấn khích trong giờ học cũng như phát triển được óc sáng tạo và cách thể hiện tình cảm của mình. Trong giờ học, cô không nên áp đặt đối với

trẻ một cách máy móc. Cô luôn đóng vai trò chủ đạo, hướng dẫn, tôn trọng cách sáng tạo và thể hiện tình cảm của trẻ, do đó trong các bài múa hoặc vận động không nhất thiết các động tác phải chính xác tuyệt đối, hãy coi đó như là một phương tiện để diễn tả tình cảm. Điều quan trọng nhất là sự vận động của trẻ phải đúng nhịp điệu và tính chất của âm nhạc, ví dụ:

Cô dạy bài hát múa *Cháu yêu bà* của Xuân Giao

Trong lớp có 20 trẻ, do vậy khi vận động hát múa trẻ sẽ liên tưởng tới 20 người bà khác nhau và mỗi cháu yêu bà theo cách riêng của mình. Tình cảm đó sẽ được các cháu thể hiện rất phong phú thông qua chất liệu chung là các động tác thể hiện cơ bản đã được cô hướng dẫn với những cảm nhận qua tiết tấu, giai điệu và lời ca. Điều này sẽ giúp cho trí tưởng tượng, óc sáng tạo của trẻ phát triển, trẻ cũng cảm nhận được tình cảm thật của chính mình, do đó giờ học sẽ đạt được những mục tiêu của môn học đề ra và góp phần hoàn thành các nhiệm vụ giáo dục âm nhạc, giúp trẻ phát triển một cách toàn diện về thẩm mỹ, thể chất, trí tuệ và tình cảm đạo đức của mình.

II. CÁCH ÁP DỤNG CÁC HÌNH THỨC MÚA VÀ VẬN ĐỘNG CHO TRẺ THEO TỪNG ĐỘ TUỔI

Khi dạy trẻ múa và vận động cần căn cứ vào đặc điểm phát triển, vận động của trẻ theo từng độ tuổi và khả năng vận động chung của từng nhóm trẻ.

1. Trẻ từ 2 - 3 tuổi (nhà trẻ)

Độ tuổi này các vận động cơ bản của trẻ mới dần hoàn thiện, trẻ có khả năng thực hiện các động tác, đơn giản theo sự hướng dẫn. Mặc dù độ chính xác chưa cao nhưng trẻ biết thể hiện các cảm xúc âm nhạc qua các động tác cơ bản như: vỗ tay, giậm chân, đung đưa người và nhún nhảy theo tiết tấu âm nhạc. Do đó, ở độ tuổi này nên áp dụng các hình thức vận động đơn giản cho trẻ như: vỗ tay theo tiết tấu, nhún nhảy theo tiết tấu hoặc các động tác chuyển động của tay đơn giản nhưng dứt khoát, các chuyển động chân cơ bản thuận chiều, các dạng thể hiện cảm xúc tình cảm thông qua hình thể và các động tác, điệu bộ minh họa theo lời ca. Nên khuyến khích trẻ tự do thể hiện, cảm xúc của mình hoặc để cho trẻ vận động tự do trong tiết tấu âm nhạc theo sự

hướng dẫn và khích lệ của cô cũng đạt được những kết quả rất tốt trong việc gây hứng thú, tự cảm nhận và hình thành những kinh nghiệm hoạt động với âm nhạc cho trẻ sau này.

2. Trẻ 3 - 4 tuổi (mẫu giáo bé)

Độ tuổi này trẻ đã có hứng thú vận động theo nhạc, đặc biệt một số trẻ có sự ham thích trong vận động đối với tiết tấu âm nhạc. Trẻ cũng có khả năng thực hiện các động tác được kết nối đơn giản theo nhạc, trong vận động của trẻ có phần độc lập hơn. Ở độ tuổi này, trẻ cũng thích được thể hiện các bài hát và các động tác nếu được động viên và khích lệ, do đó nên áp dụng các bài hát có kết hợp các động tác thể hiện, biểu diễn cảm xúc và một vài động tác múa đơn giản. Trẻ cũng rất thích vận động ngẫu hứng và bước đầu có những sáng tạo nhất định trong vận động, vì vậy trong tiết học và các hình thức vận động, cô cũng nên cho trẻ múa hoặc vận động theo những cảm xúc và sáng tạo riêng của mình.

3. Trẻ 4 - 5 tuổi (mẫu giáo nhỡ)

Độ tuổi này trẻ bắt đầu có sự liên tưởng và nắm được mối quan hệ giữa các sự vật, hiện tượng nên đã có thể thực hiện được các thao tác tổng hợp, hiểu và biết các yêu cầu thể hiện của các động tác múa. Trẻ cũng có khả năng sáng tạo và vận dụng các động tác đã biết vào bài hát múa ở một mức độ nhất định. Các thao tác cơ bản của trẻ đã tương đối thuần thục, các cơ quan vận động vẫn luôn được tiếp tục củng cố và hoàn thiện.

Hình thức múa và vận động cho trẻ ở độ tuổi này chủ yếu sử dụng các bài hát múa minh họa, các bài vận động có tính liên kết và liên hoàn ở mức độ vừa phải mang tính chất rèn luyện các thao tác chuyển động, kỹ năng của động tác nhằm từng bước nâng cao khả năng thể hiện các cảm xúc tình cảm và biểu diễn các đường nét của động tác để tạo tiền đề cho các hình thức hoạt động hát, múa mang tính lễ hội tập thể và khả năng biểu diễn độc lập khi trẻ bước sang lứa tuổi mẫu giáo lớn.

4. Trẻ 5 - 6 tuổi (mẫu giáo lớn)

Ở độ tuổi này, trẻ có khả năng thực hiện liên tục các động tác theo âm nhạc. Trẻ bắt đầu thể hiện được sự mềm mại và nhanh nhẹn trong múa và

vận động. Trẻ cũng có khả năng định hướng về không gian, phương chiều và di chuyển được trong đội hình. Độ cảm nhận về giai điệu, tiết tấu và tính chất của âm nhạc ở trẻ cũng tốt hơn vì nó được hình thành bằng kinh nghiệm thông qua quá trình được tiếp xúc và hoạt động với âm nhạc thường xuyên trong các tiết học "Giáo dục âm nhạc", do vậy trẻ có khả năng trình bày diễn cảm các bài hát múa cũng như độ sáng tạo nhất định trong cách thể hiện hoặc các vận động trong âm nhạc. Trẻ có khả năng hoạt động biểu diễn hát múa một cách độc lập hoặc tham gia trong các sinh hoạt hát múa, các tiết mục biểu diễn tập thể mang tính nghệ thuật. Cũng phải đặc biệt lưu ý đến sự phát triển, khả năng cũng như năng khiếu của trẻ vì ở độ tuổi này trẻ biết và tự ý thức được giới tính, phần nào đánh giá được khả năng và thể hiện rõ sở thích của mình. Sự phát triển trong cùng nhóm trẻ cũng không giống nhau nên sự lựa chọn và áp dụng các phương pháp cần dựa trên các đặc điểm của lứa tuổi và đặc điểm ở từng trẻ.

Hình thức múa và vận động cho trẻ ở độ tuổi này chủ yếu là các bài hát múa hoàn chỉnh, các dạng vận động liên kết theo các hệ thống bài hát có chủ đề hoặc các hình thức biểu diễn hát múa cá nhân đơn giản, các bài hát múa mang tính tập thể, có sự thay đổi trong tiết tấu chuyển động và đội hình. Ngoài ra cô giáo cũng cần lưu ý về phong cách và các hình thức thể hiện sao cho phong phú, đa dạng, cuốn hút, hấp dẫn trẻ để đạt được các yêu cầu về mục tiêu của giờ học nói riêng và của môn học hay loại hình nghệ thuật nói chung.

III. XÁC ĐỊNH MỤC TIÊU, TRÌNH TỰ DẠY TRẺ MÚA VÀ VẬN ĐỘNG THEO ÂM NHẠC

Trước hết khi dạy trẻ múa hoặc vận động theo âm nhạc, cô phải xác định rõ mục tiêu của giờ học hay bài dạy để cân nhắc và lựa chọn các phương pháp sao cho phù hợp và đạt hiệu quả cao:

- Chủ đề, chủ điểm, nội dung bài hát múa, vận động theo âm nhạc.
- Đối tượng trẻ.
- Các phương pháp và phương tiện dạy trẻ.
- Hình thức tổ chức và tập luyện cho trẻ.

- Thời gian tổ chức và thực hiện.

- Kết quả giờ học.

Cần lưu ý:

- Trẻ hiểu và biết được gì thông qua bài hát múa sau giờ học?

- Trẻ làm được những gì và thực hiện nó như thế nào?

- Trẻ có ham thích và say mê với giờ học và môn học không?

Đối với trẻ: yêu cầu trước tiên là trẻ phải thuộc và nhớ bài hát, hát đúng giai điệu, tiết tấu, cảm nhận và hiểu rõ bài hát để có thể thể hiện cảm xúc, tình cảm đối với bài hát thông qua vận động múa.

Đối với cô: phải nắm vững tính chất, số nhịp, phách cũng như tiết tấu của bài hát hay bản nhạc mà mình sẽ dạy, ví dụ: nhịp 2/4; 3/4..., bài hát 16 nhịp thì khi hát 2 lần sẽ là 32 nhịp...

Bài múa và vận động phải được chuẩn bị kỹ lưỡng về tính khoa học cũng như nghệ thuật, các động tác phải đẹp, phù hợp với tính chất và tình cảm của bài hát, bản nhạc nhằm tạo cho trẻ sự ham thích cũng như có thể sáng tạo thể hiện theo cách của mình.

Phương pháp chủ yếu để dạy trẻ múa và vận động là phương pháp thị phạm: cô vừa làm mẫu các động tác vừa kết hợp dùng lời giải thích các yếu lĩnh của động tác hay nói cách khác là đặc điểm, luật động và quy trình của động tác đó, hướng dẫn cách thực hiện và thể hiện động tác sao cho phù hợp và đạt được mục đích, yêu cầu đề ra.

Trước khi dạy trẻ một bài múa hay vận động, cô nên cho trẻ được tiếp cận với bài hát múa đó bằng phương pháp tiếp xúc thường xuyên để trẻ phát triển kỹ năng mô phỏng. Cô múa và hát trước cho trẻ xem và nghe, giới thiệu về bài hát múa đó để khi dạy trẻ dễ học và dễ tiếp thu.

Khi dạy trẻ hát múa, vận động các động tác của cô phải rõ ràng, chính xác đẹp và có sức truyền cảm.

Phương pháp phân tích các yếu lĩnh động tác phải được chuẩn bị từ trước, cần giải thích ngắn gọn, dễ hiểu và sinh động nhằm thu hút và hấp dẫn trẻ.

Các động tác trong bài dạy phải được chia thành từng câu, từng đoạn tương ứng với từng câu, từng đoạn của bài hát hay bản nhạc đó để có tính nguyên tắc và khoa học của đặc thù bộ môn.

Ví dụ: Bài hát *Múa cho mẹ xem* của Xuân Giao

Bài hát này gồm 16 nhịp 2/4, có thể chia thành 2 phần, mỗi phần 8 nhịp. Từ 8 nhịp này ta lại chia thành 2 phần, mỗi phần 4 nhịp. Mỗi quy trình động tác sẽ được thực hiện trong 4 nhịp, do đó cả bài hát múa sẽ có 4 động tác hay nói đầy đủ hơn bài hát múa bao gồm 4 quy trình động tác và mỗi động tác sẽ được thực hiện trong 4 nhịp, từ đó có thể dạy trẻ theo câu hát hoặc nhịp đếm, ví dụ:

Câu hát: *Hai bàn tay của em đây em múa cho mẹ xem*, ứng với quy trình động tác thứ nhất.

Câu hát: *Hai bàn tay của em như hai con bướm xinh xinh*, ứng với quy trình động tác thứ hai.

Câu hát: *Khi em giơ tay lên là bướm xinh bay múa*, ứng với quy trình động tác thứ ba.

Câu hát: *Khi em giơ tay xuống là con bướm đậu trên cành hồng*, ứng với quy trình động tác thứ tư.

Hoặc cụ thể hơn, có thể dạy trẻ bằng cách đếm nhịp khi hướng dẫn dạy trẻ làm động tác:

Động tác thứ nhất: 1.2.3.4

Động tác thứ hai: 5.6.7.8

Động tác thứ ba: 2.2.3.4

Động tác thứ tư: 5.6.7.8

Sau đó cô có thể đếm cho trẻ tập động tác. Khi trẻ đã thuộc động tác cô sẽ tổ chức vừa hát vừa múa cho trẻ.

* Trình tự dạy trẻ múa và vận động đối với một bài hát múa cụ thể cần tuân thủ các bước sau:

Bước 1: Giới thiệu bài hát múa và hát múa cho trẻ xem.

Bước 2: Tổ chức đội hình cho trẻ.

Bước 3: Thị phạm và giải thích động tác (chú ý: khi dạy cô thị phạm từng động tác một và cho trẻ làm theo, có thể đếm nhịp hoặc kết hợp hát từng câu, mỗi động tác tối thiểu thị phạm cho trẻ 3 lần).

Bước 4: Tổ chức cho trẻ luyện tập và sửa sai.

* Các bài hát múa nên yêu cầu trẻ thuộc và nhớ các quy trình động tác nhưng không cần chính xác tuyệt đối do đặc điểm vận động của lứa tuổi. Điều quan trọng là vận động của trẻ phải có cảm xúc, đúng nhịp và tiết tấu âm nhạc.

Sau khi trẻ học thuộc bài hát múa, cô có thể động viên, khuyến khích trẻ từ bài dạy của cô sáng tạo và thể hiện bài hát múa theo cách của mình, qua đó cô có thể đánh giá được bài dạy của mình, nắm bắt được tâm lý tình cảm trẻ cũng như khả năng, đặc điểm vận động, cảm thụ của từng trẻ để có những bài dạy tốt hơn phù hợp với nhu cầu và đặc điểm vận động của từng lứa tuổi.

Câu hỏi

1. Hãy cho biết các phương pháp cơ bản để dạy trẻ múa và vận động theo âm nhạc?

2. Khi dạy trẻ vận động theo âm nhạc và múa có những điểm gì cần lưu ý?

Chương 3

MỘT SỐ BÀI MÚA VÀ VẬN ĐỘNG THEO ÂM NHẠC

• **Mục tiêu:**

Các bài vận động cơ bản cho trẻ được sắp xếp theo hệ thống tính chất âm nhạc vận động được căn cứ vào tính chất, tình cảm và sắc thái của bài hát nhằm phân biệt các dạng bài vận động khác nhau giúp giáo sinh xác định được các hình thức vận động để dạy và hướng dẫn trẻ đạt được mục đích và yêu cầu của giờ học, bài dạy cũng như giúp trẻ cảm thụ tốt tình cảm và nhịp điệu của bài hát, bản nhạc.

Gợi ý cho giáo sinh các động tác và hình thức xây dựng các bài vận động cho trẻ để ứng dụng, tốt chương trình giáo dục âm nhạc cho trẻ trong tiết học giáo dục âm nhạc.

I. CÁC BÀI MÚA VÀ VẬN ĐỘNG THEO CHỦ ĐIỂM

1. Chủ điểm trường lớp mẫu giáo

• ***Cháu đi mẫu giáo*** - **Phạm Minh Tuấn**

Tính chất: tình cảm, hồn nhiên.

Bài hát bao gồm 20 nhịp 2/4:

+ 8 nhịp đầu: "Cháu lên ba... không khóc nhè":

- Nhịp 1-2: Chân trái bước sang bên trái, kết hợp áp lòng bàn tay phải vào ngực trái, kéo chân phải về cạnh chân trái kết hợp nhún. (H81)





Hình 81 *Hình 82* *Hình 83*

- Nhịp 3-4: Chân phải bước sang bên phải kết hợp mở tay phải từ vai trái lên hướng xế (hướng 2) lòng bàn tay ngửa, kéo chân trái về cạnh chân phải (H82).

- Nhịp 5-6-7-8: Bước chân trái lên trước kết hợp vòng rộng hai tay ôm vào trước ngực, kéo chân phải lên cạnh chân trái kết hợp nhún, kết hợp quỳ xuống trên hai gối. (H83)

+ 8 nhịp tiếp theo: "Không khóc nhè........ vui cẩy cầy".

- Nhịp 1-2-3-4: Mở tay phải vòng qua đầu sang bên cạnh, mắt nhìn theo tay (Hình 84).

- Nhịp 5-6-7-8: Mở tay trái vòng qua đầu sang bên cạnh, mắt nhìn theo tay (Hình 85).

+ 4 nhịp kết thúc: "Là lá la......... la la"

Vỗ tay bên trái và bên phải theo nhịp, kết hợp đứng dậy. (H86)





Hình 84 *Hình 85* *Hình 86*

• ***Vui đến trường*** **- Hồ Bắc**

Tính chất: Vui tươi, nhí nhảnh.

Bài hát bao gồm 23 nhịp 2/4:

+ 8 nhịp đầu "Con chim nó hót...... sáng rõ".

- Nhịp 1-2-3-4 bước chân trái lên hướng xế, hai bàn tay để khum phía trước kết hợp đầu lắc theo nhịp.

- Nhịp 5-6-7-8 thu chân phải lên cạnh chân trái kết hợp vòng rộng hai tay qua đầu. (H87)

+ 6 nhịp tiếp theo "Em rửa mặt....... trắng tinh".

- Nhịp 9-10-11 hai tay để song song dựng trước mặt đảo hai tay một nửa vòng từ phải qua trái kết hợp nhún.

- Nhịp 12-13-14 đảo hai tay trở lại một nửa vòng từ trái qua phải. (H88)

+ 3 nhịp tiếp theo "Mẹ đưa em tới trường".

- Nhịp 15-16-17 nhảy chân sáo tại chỗ theo nhịp (H89).

+ 6 nhịp kết "Gặp lại...... vui vui".

- Nhịp 18-19 mở tay phải.

- Nhịp 20-21 mở tay trái.

- Nhịp 22-23 vỗ tay theo phách (H90).



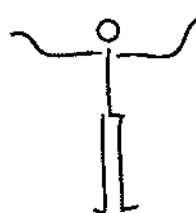
Hình 87



Hình 88



Hình 89



Hình 90

• ***Trường chúng cháu đây là trường mầm non*** - **Phạm Tuyên**

Tính chất: Vui tươi, tự hào.

Bài hát bao gồm 16 nhịp 2/4 (hát hai lần 32 nhịp).

Cho trẻ đứng vòng tròn cầm tay nhau.

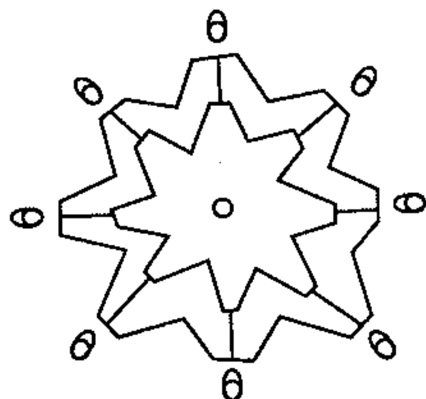
+ 4 nhịp đầu "Ai hỏi cháu....... nào đấy": bước dồn chân sang bên trái và bên phải theo phách mỗi bên 2 nhịp. (H91)

+ 4 nhịp tiếp theo (5-6-7-8) "Bé mà ...... thật hay": đưa hai tay lên ngang vai, guộn cổ tay (H92).

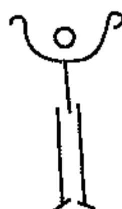
+ 4 nhịp tiếp theo (9-10-11-12) "Cô là mẹ....... là con": ấp lòng bàn tay phải vào ngực trái, sau đó mở ra hướng xế ngang tầm mắt.

+ 4 nhịp cuối (13-14-15-16) "Trường của cháu....... mầm non": cầm tay nhau bước vào trong vòng tròn một bước, bước lùi ra một bước theo nhịp, kết hợp hai tay vung lên cao. (H93 - 94)

* Tổ hợp được làm lại theo lời 2 của bài hát.



Hình 91



Hình 92



Hình 93



Hình 94

2. Chủ điểm gia đình

• ***Chỉ có một trên đời*** **- Trương Quang Lục**

Tính chất: Tình cảm, đằm thắm.

Bài hát bao gồm 24 nhịp 6/8 (4 nhịp nhạc dạo đầu):

+ Câu hát "Trên trời cao..... ánh sao": bước chân phải lên xế hướng 2, kết hợp tay phải mở vòng rộng về hướng xế (hướng 2) lòng bàn tay cong, kéo chân trái về cạnh chân phải. (H95)

+ Câu hát "Trên đồng...... cây lúa": chân trái bước sang bên trái, kết hợp mở tay trái tầm thấp ngang thắt lưng, lòng bàn tay ngửa, thu chân phải về cạnh chân trái kết hợp nhún. (H96)

+ Câu hát "Chim trong rừng..... tiếng ca": chân phải bước lên hướng xế (hướng 2) kết hợp guộn hai tay thế 6 bên phải, thu chân trái về cạnh chân phải kết hợp nhún. (H97)

+ Câu hát "Cây trong vườn......... lá hoa": chân trái bước lên hướng xế (hướng 6) kết hợp guộn hai tay thế 6 bên trái, thu chân phải về cạnh chân trái kết hợp nhún. (H98)



Hình 95



Hình 96



Hình 97

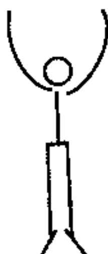
+ *Câu luyến "A........... a..... a ":* kiễng đều trên hai chân xoay một vòng kết hợp đưa hai tay lên cao và mở rộng. (H99)

+ *Câu hát "Riêng mặt trời............ có một trên đời":* mở tay phải sang cạnh sau đó áp lòng bàn tay vào vai trái kết hợp bước chân phải sang bên cạnh. Thu chân trái về nhún. (H100)

+ *Câu kết "Riêng mặt trời........... có một trên đời":* mở tay trái sang cạnh sau đó áp lòng bàn tay vào vai phải kết hợp bước chân trái sang bên cạnh. Thu chân phải về nhún.



Hình 98



Hình 99



Hình 100

• ***Cho con*** **- Phạm Trọng Cầu**

Tính chất: Tình cảm, nhẹ nhàng.

Bài hát bao gồm 30 nhịp 3/4:

+ 8 nhịp đầu "Ba sẽ là cánh chim.......... cài lên ngực".

- Nhịp 1-2-3-4 đưa hai tay lên ngang vai (thế 2) guộn hai cổ tay vuốt xuống (giống cánh chim bay) kết hợp nhún mềm. (H101)

- Nhịp 5-6-7-8 mở hai tay từ trước ngực (thế 1) lên qua đầu, hai bàn tay chụm lại như một đóa hoa mở vòng rộng, áp vào trước ngực. (H102)

+ 4 nhịp tiếp theo "Ba mẹ......... suốt đời con": kiễng đều trên hai chân xoay một vòng, hai tay vẫn ôm trước ngực, kết hợp nhún.

+ 8 nhịp tiếp theo "Khi con là con ba.......... con của mẹ rất hiền":

- Nhịp 1-2-3-4 bước chân trái sang bên trái kết hợp mở tay trái, kéo chân phải về cạnh chân trái, kết hợp đưa tay phải theo áp lòng bàn tay vào tay trái nghiêng đầu gối nhẹ má lên hai bàn tay kết hợp nhún mềm. (H103)

- Nhịp 5-6-7-8 bước chân phải sang bên phải, kết hợp mở tay phải, kéo chân trái về cạnh chân phải kết hợp đưa tay trái theo áp lòng bàn tay vào tay phải nghiêng đầu gối nhẹ má lên hai bàn tay kết hợp nhún mềm. (H104)

+ 8 nhịp cuối "Rồi mai con khôn lớn........ ba mẹ là quê hương": bước chân trái lên trước kết hợp đưa hai tay mở rộng trên đầu (thế 3 rộng) kéo chân phải về cạnh chân trái kiễng đều trên hai chân xoay một vòng, từ từ quỳ xuống xếp hai tay vuông góc trước ngực nhẹ nghiêng đầu kết thúc. (H105)


Hình 101


Hình 102


Hình 103


Hình 104


Hình 105

• ***Cả nhà thương nhau*** **- Phan Văn Minh**

Tính chất: Tình cảm, hồn nhiên.

Bài hát bao gồm 32 nhịp (16 nhịp nhạc dạo đầu):

+ 16 nhịp dạo đầu nhún nhảy tự nhiên sang trái và phải.

+ 8 nhịp tiếp theo "Ba thương con.......... con giống ba":

- Nhịp 1-2-3-4 guộn tay phải (thế 2) áp lòng bàn tay vào ngực trái kết hợp nhún.

- Nhịp 5-6-7-8 guộn tay trái (thế 2) áp lòng bàn tay vào ngực phải kết hợp nhún.

+ 8 nhịp cuối "Cả nhà ta cùng thương yêu.......... gặp nhau là cười":

- Nhịp 1-2-3-4 vỗ đều tay 4 lần theo nhịp bên phải và trái kết hợp chuyển đều hai chân và chấm mũi chân động.

- Nhịp 5-6-7-8 bước lên phía trước kết hợp vung hai tay lên trên cao lắc đều hai bàn tay. (H106 - 107 - 108)


Hình 106


Hình 107


Hình 108

3. Chủ điểm thế giới động vật

• ***Cá vàng bơi*** - **Hà Hải**

Tính chất: vui tươi, nhí nhảnh.

Bài hát bao gồm 20 nhịp 2/4:

+ 8 nhịp đầu "Hai vây xinh xinh....... múa tung tăng":

- Nhịp 1-2 đưa hai tay lên ngang vai, vuốt hai cánh tay xuống kết hợp nhún.
- Nhịp 3-4 mở rộng hai cánh về phía trước rồi vòng ra sau. (H109)
- Nhịp 5-6-7-8 bước dồn chân sang trái kết hợp lắc đều hai bàn tay.

+ 8 nhịp tiếp theo "Hai vây xinh xinh....... đuổi theo rất nhanh":

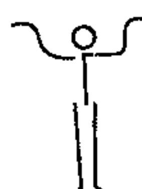
- Nhịp 1-2 đưa hai tay lên ngang vai vuốt hai cánh tay xuống kết hợp nhún.
- Nhịp 3-4 mở rộng hai cánh về phía trước rồi vòng ra sau. (H110 - 111)
- Nhịp 5-6-7-8 bước dồn chân sang phải kết hợp lắc đều hai bàn tay.

+ 4 nhịp kết thúc "Cá vàng bắt bọ gậy....... sạch trong": bước lên phía trước kết hợp đưa hai tay lên ngang vai guộn ngón tay và vuốt xuống kết hợp nhún. (H112)


Hình 109


Hình 110


Hình 111


Hình 112

• ***Vì sao chim hay hót* - Hà Hải**

Tính chất: vui tươi, ngộ nghĩnh.

Bài hát bao gồm 20 nhịp 2/4:

+ 8 nhịp đầu "Con lợn éc......... không nên câu":

- Nhịp 1-2-3-4 bước dồn chân sang trái và phải theo phách mỗi bên 2 nhịp kết hợp nhún, hai tay chống hông, đầu lắc theo bước chân. (H113)

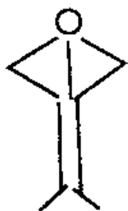
- Nhịp 5-6-7-8 bước chân trái lên trước thu chân phải về cạnh chân trái nhún kết hợp đưa hai cánh tay lên và vuốt xuống.

+ 12 nhịp tiếp theo "Con chim nhỏ......... cất tiếng ca vang lừng":

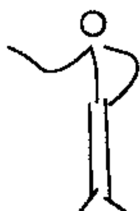
- Nhịp 1-2-3-4 nhảy chân sáo theo nhịp tại chỗ một vòng, hai tay chắp sau lưng.

- Nhịp 5-6-7-8 bước chân phải lên hướng xế (hướng 2) kéo chân trái về ký sau gót chân phải nhún kết hợp mở tay phải vòng rộng qua mặt, lật bàn tay và vuốt xuống. (H114)

- Nhịp 9-10-11-12 bước chân trái lên hướng xế (hướng 8) kéo chân phải về ký sau gót chân trái nhún kết hợp mở tay trái vòng rộng qua mặt, lật bàn tay và vuốt xuống. (H115)



Hình 113



Hình 114



Hình 115

• ***Em đi chơi thuyền* - Trần Kiết Tường**

Tính chất: vui tươi, duyên dáng.

Bài hát bao gồm 23 nhịp 2/4:

+ 8 nhịp đầu "Em đi chơi thuyền......... đón xuân về":

- Nhịp 1-2 hai tay chắp sau lưng người hơi ngửa, bước chân trái lên hướng xế (hướng 8) thu chân phải về ký sau chân trái kết hợp nhún. (H116)

- Nhịp 3-4 bước chân phải lên hướng xế (hướng 2) thu chân trái về ký sau chân phải kết hợp nhún.

- Nhịp 5-6-7-8 bước dồn chân kết hợp nhún sang trái và phải mỗi bên hai nhịp theo phách.

+ 8 nhịp tiếp theo "Thuyền em thuyền con vịt........ nó bay bay bay":

- Nhịp 1-2-3-4 bước chân trái lên hướng xế, thu chân phải về cạnh chân trái kết hợp đưa hai tay lên cao (thế 2), guộn cổ tay vòng ra phía sau lưng. (H117)

- Nhịp 5-6-7-8 bước chân phải lên hướng xế, thu chân trái về cạnh chân phải kết hợp đưa hai tay lên cao (thế 2), guộn cổ tay vuốt xuống, nhảy đổi chân theo phách. (H118)

+ 7 nhịp cuối "Má dặn em.......... vô đây vui chơi":

- Nhịp 1-2-3 hai tay chắp sau lưng, bước chân theo phách một vòng tròn tại chỗ.

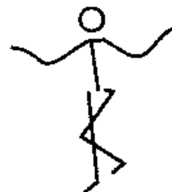
- Nhịp 4-5-6-7 bước chân trái lên trước, thu chân phải về cạnh chân trái (nhịp 4-5) nhún kết hợp mở hai tay lên cao (thế 2), lùi chân phải về phía sau, kéo chân trái về cạnh chân phải nhún (nhịp 6-7) kết hợp vòng hai tay từ thế 2 về chắp đằng sau lưng, người hơi ngửa.



Hình 116



Hình 117



Hình 118

4. Chủ điểm ngành nghề

Làm chú bộ đội **- Hoàng Long**

Tính chất: khỏe mạnh, vui tươi.

Bài hát bao gồm 12 nhịp 2/4:

+ 4 nhịp đầu "Em thích làm chú bộ đội........ bước một hai":

- Nhịp 1-2 tay phải vòng rộng đặt lên trước ngực.

- Nhịp 3-4 chân bước một hai theo phách kết hợp hai tay vung hai bên tại chỗ.

+ 4 nhịp tiếp theo "Em thích làm chú bộ đội......... vác súng trên vai": Chân vẫn bước theo nhịp một hai kết hợp vung tay trái đặt lên vai trái

+ 4 nhịp cuối chân bước một hai kết hợp vung đều hai tay tiến về phía trước. (H119 - 120 - 121)



Hình 119



Hình 120



Hình 121

• ***Cô giáo miền xuôi*** **- Mộng Lân**

Tính chất: vui tươi.

Bài hát bao gồm 16 nhịp 2/4 (hát 2 lời 32 nhịp).

Tổ chức cho trẻ đứng thành vòng tròn, mỗi cháu tay buộc một chiếc khăn vào ngón giữa của bàn tay phải, cô đứng giữa vòng tròn.

+ 8 nhịp đầu "Cô mẫu giáo mến thương..... lớp học giữa nhiều lùm cây":

- Nhịp 1-2-3-4 bước dồn chân sang phải và trái theo phách mỗi bên 2 nhịp kết hợp tay trái chống hông tay phải vẫy khăn trên đầu theo nhịp bước. (H122)

- Nhịp 5-6-7-8 bước đều theo phách vào giữa vòng tròn kết hợp đưa hai tay lên phía trước guộn cổ tay và vuốt xuống. (H123 - 124)

+ 8 nhịp tiếp theo "Cô dạy cháu múa ca...... sáng mai lại gặp cô":

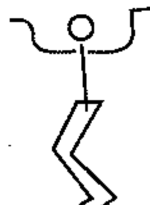
- Nhịp 1-2 đưa hai tay sang trái (thế 6) guộn cổ tay và vuốt xuống kết hợp nhún đều trên hai chân. (H125)



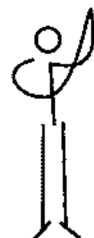
Hình 122



Hình 123



Hình 124



Hình 125

- Nhịp 3-4 đưa hai tay sang phải (thế 6) guộn cổ và vuốt xuống kết hợp nhún đều trên hai chân.

- Nhịp 5-6-7-8 bước lùi chân trái về phía sau ký chân và nhún theo phách kết hợp vỗ tay đều hai bên về vị trí ban đầu.

* Tổ hợp động tác được làm lại với lời 2 của bài hát giống như lời 1.

• ***Chú bộ đội*** **- Hoàng Hà**

Tính chất: hành khúc, khỏe mạnh.

Bài hát bao gồm 16 nhịp 2/4.

Vận động dựa trên cơ sở chân bước theo nhịp một hai.

+ 8 nhịp đầu "Vai chú mang súng..... ngôi sao đẹp xinh": (H126)

Chân bước đều theo nhịp một hai kết hợp tay phải đưa lên làm động tác chào

+ 8 nhịp tiếp theo "Chú bộ đội...... giữ cho hòa bình":

- Nhịp 1-2-3-4 chân vẫn bước đều theo nhịp một hai kết hợp vòng rộng hai tay ôm về phía trước ngực. (H127)

- Nhịp 5-6-7-8 chân bước đều theo nhịp một hai, kết hợp tay vung đều hai bên tiến về phía trước. (H128)



Hình 126



Hình 127



Hình 128

5. Chủ điểm tết và mùa xuân

• ***Mùa xuân đến rồi*** **- Phạm Thị Sửu**

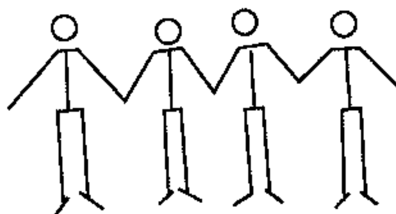
Tính chất: vui tươi, trong sáng.

Bài hát bao gồm 16 nhịp 2/4.

Cho trẻ đứng thành hàng ngang cầm tay nhau.

+ 8 nhịp dầu "Sáng hôm nay...... ra vườn chơi":

- Nhịp 1-2-3-4 bước chân phải sang bên phải, thu chân trái về cạnh chân phải, kết hợp mở tay phải vòng qua trước mặt sang bên cạnh ngang tầm mắt (thế 6) lòng bàn tay ngửa, kết hợp nhún. (H129)



Hình 129

- Nhịp 5-6-7-8 cầm tay nhau bước zíc zắc về phía trước kết hợp nhún.

+ 8 nhịp tiếp theo "Ngắm bướm xinh...... hát ca reo vui mừng":

- Nhịp 1-2-3-4 bước chân trái sang bên trái, thu chân phải về cạnh chân trái, kết hợp mở tay trái vòng qua trước mặt sang bên cạnh ngang tầm mắt (thế 6) lòng bàn tay ngửa, kết hợp nhún. (H130 - 131)

- Nhịp 5-6-7-8 đi vòng quanh nhau theo nhịp kết hợp vỗ tay hai bên, đầu nghiêng theo nhịp chân bước. (H133)



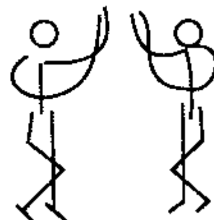
Hình 130



Hình 131



Hình 132



Hình 133

• ***Cùng múa hát mừng xuân*** - **Hoàng Hà**

Tính chất: vui tươi, trong sáng.

Bài hát bao gồm 20 nhịp 2/4.

Cho trẻ đứng thành vòng tròn tay có thể buộc hoa hoặc quả bông. (H134)

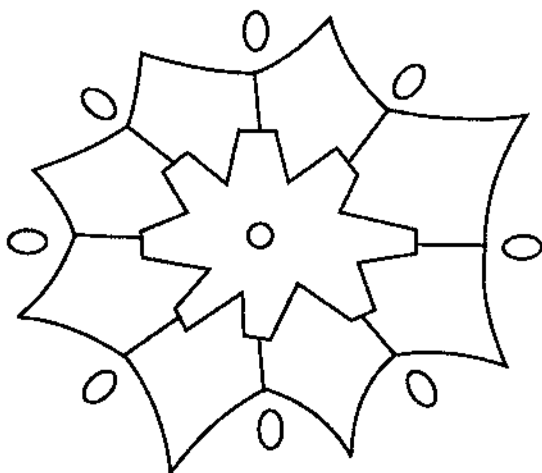
+ 8 nhịp đầu "A mùa xuân đẹp quá........ cùng đùa vui":

- Nhịp 1-2 vung hai tay lên trên đầu, kết hợp lắc đều hai bàn tay.

- Nhịp 3-4 cầm tay nhau nhảy chân sáo sang bên phải theo vòng tròn.

- Nhịp 5-6 vung hai tay lên trên đầu, kết hợp lắc đều hai bàn tay.

- Nhịp 7-8 cầm tay nhau, nhảy chân sáo sang bên trái theo vòng tròn.



Hình 134

+ 8 nhịp tiếp theo "Vui xuân sang..... xuân đến mọi nơi":

Trẻ cầm tay nhau từng đôi một bước vòng quanh nhau theo nhịp kết hợp nhún mỗi chiều 4 nhịp.

+ 4 nhịp kết "Đẹp biết bao......... thân ái trên đời":

Cả vòng tròn lớn cầm tay nhau 1- 2 bước vào trong vòng tròn tung đều hai tay lên cao, 3-4 lùi trở lại phía sau kết hợp nhún nghiêng đầu nhìn vào nhau.

• ***Sắp đến tết rồi*** **- Hoàng Vân**

Tính chất: vui tươi, phấn khởi.

Bài hát bao gồm 20 nhịp 2/4.

Cho trẻ đứng thành vòng tròn.

+ 8 nhịp đầu "Sắp đến tết rồi......... về nhà rất vui":

- Nhịp 1-2-3-4 hai tay để vuông góc trước ngực, người đứng thẳng, chân phải đưa ra hướng xế (hướng 2) chấm gót chân, nghiêng người, kết hợp mở tay phải sau đó thu tay và chân về vị trí ban đầu (1-2 mở ra, 3-4 thu về).

- Nhịp 5-6-7-8 chân trái đưa ra hướng xế (hướng 2) chấm gót chân, nghiêng người, kết hợp mở tay trái sau đó thu tay và chân về vị trí ban đầu (5-6 mở ra, 7-8 thu về).



Hình 135



Hình 136



Hình 137

+ 8 nhịp tiếp theo "Mẹ đang may áo mới……… đi thăm ông bà":

- Nhịp 1-2-3-4 trẻ từng đôi đi vòng quanh nhau bước chân ký nhún, kết hợp vỗ tay theo nhịp.

- Nhịp 5-6-7-8 cả vòng tròn cầm tay nhau bước vào trong vòng tròn và lùi ra theo phách.

+ 4 nhịp cuối đứng tại chỗ vỗ tay theo tiết tấu.

II. CÁC BÀI MÚA VÀ VẬN ĐỘNG THEO TÍNH CHẤT ÂM NHẠC

1. Các bài múa và vận động mang tính chất hành khúc

- *Đi một hai* - Đoàn Phi
- *Đội kèn tý hon* - Phan Huỳnh Điểu
- *Làm chú bộ đội* - Hoàng Long
- *Chú bộ đội* - Hoàng Hà
- *Cùng đi đều* - Phùng Như Thạch

Đặc điểm vận động cơ bản: Trên cơ sở vận động chân bước một hai, chân bước đều theo phách, tay chuyển động theo chân, sau đó tách riêng vận động của tay và chân để minh họa theo bài hát hoặc thể hiện tình cảm.

Tính chất động tác khỏe mạnh, dứt khoát.

Bài mẫu: ***Đội kèn tí hon* - Phan Huỳnh Điểu**

Bài hát bao gồm 16 nhịp 2/4.

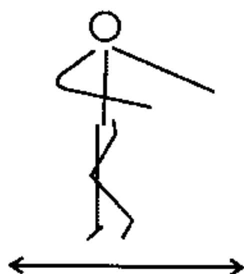
Tổ chức sắp xếp đội hình cho trẻ theo thứ tự hàng dọc, quy định vị trí số lẻ và chẵn 1, 2, 3, 4...

+ 4 nhịp đầu "Te tò te đây là ban kèn hơi":

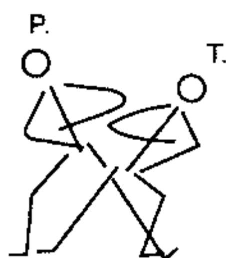
Chân bước một hai theo phách kết hợp tay vung đều hai bên (1-2-3-4-5-6-7-8), (H138).

+ 4 nhịp tiếp theo "Tò tò tò tò te có anh nào muốn chơi":

Chân bước sang bên cạnh (thế 3 rộng), người nghiêng theo chân trụ, một tay chống hông, một tay tạo thành khung để vuông góc trước ngực: số lẻ nghiêng sang trái - số chẵn nghiêng sang phải (nhịp 1 bước chuyển, nhịp 4 trả người về tư thế thẳng), (H139).



Hình 138



Hình 139

+ 4 nhịp tiếp theo "Mau vào đây góp thêm kèn te tí":

Động tác được lặp lại của 4 nhịp thứ 2 nhưng đổi bên, số chẵn nghiêng sang trái - số lẻ nghiêng sang phải.

+ 4 nhịp cuối "Tò tò tò te tí bước đều chân cùng đi":

Chân bước một hai, số lẻ bước lùi - số chẵn bước tiến đổi chỗ cho nhau (số lẻ lùi về vị trí số chẵn, số chẵn bước lên vị trí số lẻ).

Lần thứ 2 tổ hợp động tác được làm lại từ đầu nhưng các vị trí đã thay đổi (số lẻ làm vị trí số chẵn và ngược lại).

* *Lưu ý:* Chân trái xuất phát trước vào phách đầu tiên, vận động liên tục theo lời hát liên tục hai lần không dừng lại.

2. Các bài múa và vận động mang tính chất trữ tình

- *Múa cho mẹ xem* - Xuân Giao
- *Hoa trường em* - Dương Hưng Bang
- *Chú bộ đội đi xa* - Hoàng Vân
- *Bông hoa mừng cô* - Trần Thị Duyên

- *Cô giáo miền xuôi* - Mộng Lân

Đặc điểm vận động cơ bản: Vận động của chân, chủ yếu sử dụng các bước đi hoặc di chuyển mềm mại, bước vào phách và nhún vào nhịp.

Vận động của tay mềm mại kết hợp với chân và toàn thân, 4 nhịp một quy trình động tác.

Tính chất động tác: mềm mại, uyển chuyển nhẹ nhàng.

Bài mẫu: ***Múa cho mẹ xem* - Xuân Giao**

Bài hát bao gồm 16 nhịp 2/4:

+ 8 nhịp đầu "Hai bàn tay của em.......... con bướm xinh xinh":

- Nhịp 1-2: bước chân trái lên trước, thu chân phải về cạnh chân trái, kết hợp guộn hai bàn tay tầm thấp ngang thắt lưng, nhún mềm hai chân.

- Nhịp 3-4: bước chân phải sang bên cạnh, thu chân trái về cạnh chân phải, kết hợp đưa hai tay lên ngang tầm mắt (thế 6 bên phải), guộn ngón tay, vuốt xuống nhún mềm hai chân. (H140)

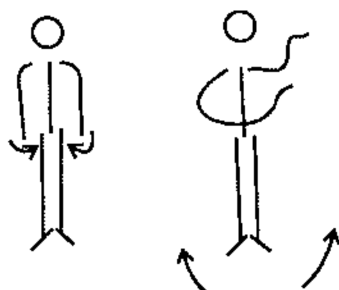
- Nhịp 5-6: bước chân phải lên trước, thu chân trái về cạnh chân phải, kết hợp guộn hai bàn tay tầm thấp ngang thắt lưng, nhún mềm hai chân.

- Nhịp 7-8: bước chân trái sang bên cạnh, thu chân phải về cạnh chân trái, kết hợp đưa hai tay lên ngang tầm mắt (thế 6 bên trái) guộn ngón tay, vuốt xuống, nhún mềm hai chân.

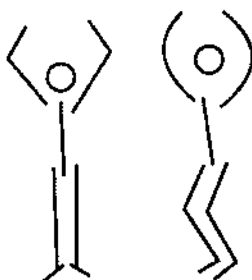
+ 8 nhịp tiếp theo "Khi em đưa tay lên......... trên cành hồng":

- Nhịp 1-2-3-4: bước chân trái lên trước, thu chân phải về cạnh chân trái, kết hợp đưa hai tay lên trên đầu (thế 3), guộn cổ tay vuốt xuống ngang vai (thế 2), nhún mềm. (H141)

- Nhịp 5-6-7-8: từ từ quỳ xuống đều trên hai chân, kết hợp vuốt hai tay từ vị trí ngang vai về trước ngực (thế 1), guộn cổ tay và ngón tay. (H142)



Hình 140



Hình 141



Hình 142

3. Các bài múa và vận động mang tính chất vui, linh hoạt

- *Chim sẻ* - Hoàng Kim Định
- *Mùa hè đến* - Nguyễn Thị Nhung
- *Sắp đến tết rồi* - Hoàng Vân
- *Hòa bình cho bé* - Huy Trân
- *Đêm trung thu* - Phùng Như Thạch



Đặc điểm vận động cơ bản: Chủ yếu sử dụng các động tác kết hợp thống nhất đồng đều giữa tay và chân, phong cách hồn nhiên, các chuyển động vui tươi, ngộ nghĩnh và linh hoạt.

Tính chất động tác, linh hoạt, dứt khoát.

Bài mẫu : ***Hòa bình cho bé*** **- Huy Trân**



Hình 143

Bài hát bao gồm 16 nhịp (hát 2 câu; câu 1 và 2 mỗi câu 8 nhịp):

+ 4 nhịp đầu "Cờ hòa bình bay........ trời xanh biếc xanh".

Bước dồn chân sang trái và phải mỗi bên 2 nhịp, kết hợp tay phải cầm khăn phất đều trên cao theo nhịp bước.

+ 4 nhịp tiếp theo "Kìa đàn bồ câu......... mắt tròn xoe hiền hòa".

Phất khăn theo vòng rộng (thế 3) qua đầu, 2 nhịp sang bên phải, 2 nhịp sang bên trái kết hợp nhún đều trên hai chân tại chỗ.

+ 4 nhịp tiếp theo "Hòa bình là tia nắng....... hồng môi bé xinh".

Bước dồn chân sang phải và trái mỗi bên 2 nhịp, kết hợp tay phải cầm khăn phất đều trên cao theo nhịp bước

+ 4 nhịp cuối "Nhịp nhàng cùng cất tiếng hát......... bé ngoan".

Nhảy chân sáo 4 bước, xoay một vòng tại chỗ, kết hợp hai tay xếp trước ngực tạo thành khung vuông góc, nhún kết.

Hướng dẫn ôn tập

1. Luyện tập hệ thống các bài vận động theo chủ điểm.
2. Luyện tập hệ thống các bài vận động theo tính chất âm nhạc.
3. Biên soạn bài múa và vận động theo âm nhạc (tự chọn).
4. Biên soạn nhóm các bài vận động mang tính chủ điểm.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. *Tạp chí nhịp điệu* - Hội Nghệ sĩ Múa Việt Nam.

2. *Chương trình ngày hội ngày lễ ở trường mầm non* - Hoàng Văn Yến, Trần Minh Trí - Vụ GDMN, Hà Nội, 1996.

3. *Chương trình chăm sóc - giáo dục mẫu giáo và hướng dẫn thực hiện 3 - 4 tuổi, 4 - 5 tuổi* - Trần Thị Trọng, Phạm Thị Sửu - NXB Giáo dục, 1995.

4. *Âm nhạc và phương pháp giáo dục âm nhạc* - Ngô Thị Nam, Trần Minh Chí, Trần Nguyên Hoàn - Trung tâm Nghiên cứu giáo viên, 1966.

5. *Giáo trình học phần múa hệ cao đẳng sư phạm mầm non* - Trần Minh Trí.

6. *Ca múa - giáo dục bằng văn hóa, văn nghệ* - NXB Quân đội nhân dân - Hà Nội, 1995.

7. *Hệ thống múa dân gian Việt Nam* - Trường Múa Việt Nam.

8. *Kỷ yếu hội thảo múa với trẻ mầm non* - Hội TLGD - Trung tâm Nghiên cứu GDMN - Hội Múa Việt Nam - Hà Nội, 1997.

9. *Múa cổ điển châu Âu* - Trương Lê Giáp dịch - Hà Nội, 1997.

10. *Hướng dẫn thực hiện đổi mới hình thức tổ chức hoạt động giáo dục trẻ 3 - 4 tuổi, 4 - 5 tuổi* - Trung tâm Nghiên cứu chiến lược và phát triển chương trình giáo dục mầm non - Tài liệu thí điểm, 2004.

MỤC LỤC

BỘ GIÁO TRÌNH XUẤT BẢN NĂM 2007
KHỐI TRƯỜNG TRUNG HỌC SƯ PHẠM MẪU GIÁO NHÀ TRẺ

1. GIÁO DỤC MẦM NON
2. PHƯƠNG PHÁP GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO TRẺ MẦM NON
3. PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC TRẺ MẦM NON
   NHẬN THỨC MÔI TRƯỜNG XUNG QUANH
4. DINH DƯỠNG
5. VĂN - TIẾNG VIỆT VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ
   LÀM QUEN VỚI CHỮ CÁI
6. TOÁN VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ MẦM NON HÌNH THÀNH CÁC
   BIỂU TƯỢNG SƠ ĐẲNG VỀ TOÁN
7. MÚA VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY TRẺ VẬN ĐỘNG THEO ÂM NHẠC

Giá: 10.000đ